

Ben & Léo

Suprême de pintade aux épices

Ingrédients

4 suprêmes de pintade
20 g de graines de coriandre
14 g de gingembre en poudre
8 baies de genièvre
10 g de graines de fenouil
4 cc de miel
Sel et poivre
1 céleri boule
1 bâton de vanille
0.5 dl de crème
25 g de beurre
Sel et poivre
1/2 potimarron
25 g de pop corn
200 g de Framboises
4 figues
3 étoiles d'anis
2 clous de girofle
1 bâton de cannelle

Sauce :

Fond de volaille
Beurre

Préparation

1. Entailler les figues en haut et en bas, les placer dans un plat à gratin.
2. Mixer 50 g de framboises avec 3 dl d'eau et 3 cs de sucre. Verser ce mélange dans le plat à figues et enfourner environ 40 minutes à 180°C.
3. Mélanger les épices et les mixer finement. Retirer la peau des pintades et les badigeonner de miel. Ajouter les épices.
4. Trancher le potimarron et le poêler dans un petit peu d'huile d'olive pendant 3-4 minutes. Saler, poivrer et ajouter une pincée de sucre.
5. Couper le céleri en petit cubes et le cuire dans de l'eau bouillante salée. Lorsqu'il est cuit, mixer avec la crème, le beurre et les grains du bâton de vanille. Rectifier l'assaisonnement.
6. Faire le pop corn et laver les framboises.
7. Monter votre fond de volaille au beurre.
8. Dresser l'assiette avec la purée de céleri, une figue, des framboises, un suprême de volaille, une tranche de potimarron et un peu de sauce.



Candidats suisses à MasterChef 2015 (TF1) et chefs à domicile