

Le pigeonneau bien élevé, feuilleté de blettes et jus d'abattis parfumé à la coriandre

Pour 4 personnes - Niveau : Confirmé

Préparation : 30 min - Cuisson : 40 min



Ingédients :

4 pigeonneaux de 500 g environ
4 petites tranches de foie gras de canard
1 botte de blettes
50 g de girolles,
1 oignon
1 petit morceau de crêpe

Garniture aromatique :

1 carotte - 1 oignon - 3 gousses d'ail - 200 g de beurre
1 bouquet garni & 1 bouquet de coriandre
1 botte de carottes fanes & 1 botte d'oignons grelots
1 kg de fèves & 2 pommes de terre Vitelotte
100 g de haricots verts & 12 pois gourmands
1 branche de persil plat & 1 citron, 2 c. à s. de farine
5 cl d'huile d'arachide & Vinaigre de Xérès

Retirez les poitrines des pigeons et les ailerons, et mettez-les de côté. Levez les cuisses, enlevez le premier os, et farcissez d'une petite duxelle faite de girolles, d'un oignon finement haché et du foie des pigeons. Entourez la cuisse d'un morceau de crêpe et reformez la cuisse du mieux possible. Dans une casserole, versez un peu d'huile et faites revenir les carcasses des pigeons. Ajoutez la garniture aromatique, déglacez d'un peu de vinaigre de Xérès, mouillez d'un peu d'eau et faites réduire. Filtrez et maintenez au chaud.

Les feuilletés de blettes :

Retirez les feuilles de blettes, nettoyez-les et faites les blanchir à l'eau bouillante salée additionnée des 2 c. à s. de farine. Faites-les rafraichir et mettez-les de côté. Epluchez les côtes de blettes, découpez des rectangles de 2 cm sur 4, et mettez-les à cuire dans un blanc (eau, farine, citron, sel) environ 7 à 8 minutes. Egouttez-les et mettez-les de côté. Hachez les feuilles de blettes, réchauffez-les avec un morceau de beurre et une gousse d'ail. Prenez un petit rectangle de côte de blettes, ajoutez au-dessus les feuilles de blettes hachées et recouvrez d'un autre rectangle de côte de blettes. Disposez sur un plat prêt à être réchauffé avec une noisette de beurre.

Ecossez les fèves et faites les blanchir 1 minute à l'eau bouillante salée. Rafraichissez-les dans la glace et retirez la peau. Effilez les haricots verts ainsi que les pois gourmands et faites-les cuire à l'eau bouillante salée. Epluchez les carottes fanes et faites-les cuire. Préparez les petites oignons grelots, faites-les cuire croquants à l'eau bouillante salée. Epluchez les pommes de terre, coupez-les en fines lamelles et faites-les cuire dans une friture pour obtenir des chips. Dans une poêle, mettez un morceau de beurre et ajoutez les cuisses. Faites-les colorer de chaque côté, puis faites-les cuire doucement au four 30 minutes environ. Retirez-les du four, déglacez la poêle avec le jus de cuisson des carcasses, filtrez, maintenez au chaud, puis ajoutez quelques feuilles de coriandre à infuser.

Dans une poêle, mettez un morceau de beurre et faites cuire les poitrines des pigeonneaux au four chaud (6 minutes environ). Mettez à chauffer une poêle antiadhésive, passez les escalopes de foie gras dans la farine et posez-les sur la poêle. Faites-les cuire 2 minutes de chaque côté, égouttez-les et maintenez au chaud.

Le dressage :

Mettez à chauffer les feuilletés de blettes. Dans une casserole, mettez un morceau de beurre et faites réchauffer les fèves, les haricots verts, les pois gourmands, les carottes et les oignons. Rectifiez l'assaisonnement et ajoutez quelques pluches de persil. Disposez sur l'assiette le feuilleté de blettes, les fèves, les carottes ainsi que les oignons, les poitrines coupées en deux dans le sens de l'épaisseur, la cuisse, ainsi qu'une chips. Servez la sauce à part.