



Les plats principaux

Cailles farcies aux raisins

Pour 6 personnes.

Ingrédients

6 cailles
1 oignon (haché fin)
1 pomme (en petits morceaux)
16 raisins (blancs, coupés fins)
3 tranches pain toast (en dés)
1 cuillère à soupe de jus de citron
1 cuillère à café romarin (frais, haché fin)
huile d'olive
2 cuillères à soupe de beurre
poivre
sel

Méthode de préparation

Épicez les cailles à l'extérieur et à l'intérieur avec poivre et sel. Rôtissez l'oignon, le pain et les morceaux de pomme quelques minutes dans le beurre. Aspergez avec le jus de citron puis mélangez-y le romarin et les raisins. Assaisonnez ensuite avec poivre et sel.

Fourrez les cailles puis liez-les avec de la ficelle de cuisine. Badigeonnez-les d'huile d'olive et déposez-les dans un plat à four. Enfournez 25-30 minutes dans un four préchauffé à 200°.

Brossez les cailles quelques fois avec l'huile d'olive. Servez-les éventuellement avec des échalotes étuvées et du (mini) chou cuit brièvement.

