

SUPRÊMES DE PINTADE

AU PAMPLEMOUSSE



Photo non contractuelle.

INGRÉDIENTS : 4x



20 mn |



30 mn |



30 mn

- 4 suprêmes
- 50 g de sucre
- 2 pamplemousses
- 5 gousses d'ail hachées
- Sel, gingembre

- Pistils de safran
- 1 oignon haché
- Huile
- Vin blanc sec

- Dans une cocotte huilée, faire cuire les suprêmes, les enlever. Dans le même jus ajouter le jus d'un demi pamplemousse, le sucre, l'ail, l'oignon, un peu de gingembre et le sel, faire roussir l'oignon et ajouter les suprêmes.
- Dans une petite casserole, couper en petits morceaux un demi pamplemousse, peluche y comprise, les mettre à cuire dans un peu de vin blanc sec et une cuillère à soupe de sucre. Laisser évaporer totalement le vin.
- Couper l'autre demi pamplemousse en Julienne et le mettre à cuire avec la viande, ajouter le jus du pamplemousse restant et le pamplemousse cuit.
- Mettre un couvercle et terminer la cuisson au four pendant 30 mn environ.

SAVEL

Saint Sébastien - BP 20 - 29870 Lannilis - France
Tél. +33 (0)2 98 04 01 05 - Fax +33 (0)2 98 04 07 49
Fax export +33 (0)2 98 04 88 40

contact@savel.fr - www.savel.fr

HISTOIRE DE PASSION