

Pintade aux fruits secs et au citron confit

Pour 4 personnes

- 4 cuisses de pintade
- 1 citron confit
- 2 échalotes
- 100 gr d'abricots secs
- 100 gr de pruneaux
- 2 cuillères à soupe de miel
- 40 gr d'amandes effilées
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive

- Préchauffez le four à 180°C (th.6°)
- Salez et poivrez les cuisses de pintade, mettez-les dans un plat et arrosez d'un filet d'huile et ajoutez un demi-verre d'eau.
- Enfournez pour 35 minutes en arrosant régulièrement de son jus.
- Pendant ce temps, rincez le citron confit et coupez-le en morceaux, coupez les fruits secs en dés.
- Pelez et émincez les échalotes puis faites-les dorer dans une poêle avec un filet d'huile d'olive.
- Ajoutez le citron, les fruits secs, le miel et 1 verre d'eau.
- Faites réduire doucement.
- Lorsque les cuisses de pintade sont cuites, ajoutez le jus à la sauce.
- Servez parsemé d'amandes effilées accompagnée de semoule.