

SUPRÊME DE PINTADE

risotto aux asperges, jus brun au parfum d'estragon

RECETTE POUR 4 PERSONNES

MATIÈRES PREMIÈRES	UNITÉ	QUANTITÉ	TECHNIQUES DE RÉALISATION
Éléments de base			
- suprême de pintade	pièce	4	
Sauce à l'estragon			
- oignons	kg	0.050	
- estragon	botte	1/8	
- cognac	l	0.05	
- vin blanc	l	0.15	
- jus de volaille (fourni par le centre)	l	0.50	
- beurre	kg	0.050	
Risotto aux asperges			
- oignons	kg	0.050	
- ail	kg	0.005	
- asperges vertes	kg	0.150	
- riz rond	kg	0.150	
- sucre	kg	0.020	
- beurre	kg	0.050	
- crème liquide	l	0.20	
- mascarpone	kg	0.050	
- parmesan râpé	kg	0.030	
- oignons grelots	kg	0.150	
- vin blanc	l	0.20	
Assaisonnement			
- sel fin	kg	pm	
- poivre	kg	pm	
			<ol style="list-style-type: none">1. Mettre en place le poste de travail.2. Laver, éplucher et tailler les légumes :<ul style="list-style-type: none">- oignons et estragon ciselés,- asperges écussonnées,- ail haché.3. Cuire à l'anglaise les asperges :<ul style="list-style-type: none">- réserver les pointes pour la décoration,- émincer les queues.4. Marquer le risotto en cuisson :<ul style="list-style-type: none">- suer l'oignon ciselé au beurre,- nacrer le riz,- mouiller avec la moitié du vin blanc, laisser le riz absorber tout le vin blanc,- mouiller à l'eau en trois fois,- une fois presque cuit, débarrasser en plaque, laisser tirer à température ambiante.5. Glacer les oignons à blanc.6. Sauter les suprêmes de pintade.<ul style="list-style-type: none">- colorer au beurre,- cuire au four à couvert.7. Réaliser la sauce par déglçage.8. Terminer le risotto :<ul style="list-style-type: none">- dans une sauteuse, mettre le reste du vin blanc, la crème et le mascarpone,- laisser réduire légèrement,- ajouter le riz, lier l'ensemble,- au dernier moment ajouter l'ail haché et les queues d'asperges émincées.9. Dresser, envoyer.
MATÉRIEL DE PRÉPARATION			MATÉRIEL DE DRESSAGE
Sauteuse, sautoir, plaque à débarrasser, russe, calotte.			Assiettes de base.