

Salade de cailles aux noisettes, chantilly de roquette

Les ingrédients pour 4 personnes :

4 belles cailles
100 g de roquette
80 g de noisettes
15 cl de crème liquide entière bien froide
Du mesclun en quantité suffisante pour 4 personnes
1 peu de beurre
1 c à s d'huile d'olive
4 c à s d'huile de noisette
1 belle c à s de vinaigre de vin
Sel et poivre

Rincer, laver et retirer les tiges des feuilles de roquette. Faire chauffer l'huile d'olive dans une poêle et mettre la roquette. La faire suer 2 mn en remuant. La retirer de la poêle et la hacher finement au couteau. Monter la crème liquide bien froide en chantilly dans un récipient lui-même très froid. Quand la chantilly est montée, ajouter la roquette, 1 c à s d'huile de noisette, mélanger délicatement et assaisonner. Réserver au froid.

Préparer la vinaigrette dans un saladier avec l'huile de noisette restante, le vinaigre, sel et poivre.

Faire torrifier quelques minutes les noisettes au four à 160 ° puis les frotter pour retirer la peau.

Prélever les cuisses et les filets des cailles.

Tout ce qui précède peut être préparé à l'avance.

Au moment du service, faire chauffer le beurre avec l'huile d'olive dans une poêle et faire dorer les cuisses et les filets assaisonnés de sel et poivre sur feu vif. Compter 5-6 mn de cuisson suivant la grosseur en retournant les morceaux de caille à mi-cuisson.

Pendant ce temps mettre le mesclun dans le saladier de la vinaigrette, mélanger et répartir la salade sur les assiettes. Sur le côté des assiettes mettre de la chantilly à la roquette soit en faisant un petit tas soit en faisant une quenelle avec 2 cuillères à soupe.

Quand les morceaux de cailles sont prêts mettre 2 cuisses et 2 filets par assiette sur la salade, répartir les noisettes et servir aussitôt.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>