

FRICASSE DE PINTADE A LA ROUMAINE

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 30 minutes

4 personnes:

1 pintade

4 tomates moyennes

1 gros poivron rouge

2 gousses d'ail

1 oignon moyen

1 poignée de basilic frais

1 verre de vin blanc sec

4 cuillères à soupe d'huile d'olive

50 g de beurre

sel, poivre

1. Coupez la pintade en 8 morceaux. Hachez finement l'ail pour le mettre dans le vin blanc et laissez macérer durant 15 min.

2. En attendant, épépinez et coupez en lanières le poivron, puis épépinez et coupez en quartiers les tomates.

Dans une poêle, faites chauffer l'huile et dès qu'elle frissonne, jetez-y le poivron et remuez de temps en temps jusqu'à ce que cela devienne transparent.

3. Une fois le temps de marinade écoulé, dans une sauteuse, mettez le beurre à fondre et dès qu'il grésille, disposez les morceaux de pintade (gardez le jus de la marinade) et faites

les dorer en les retournant bien de tous les côtés.

Salez et poivrez, baissez le feu pour une cuisson total de 30 min.

4. Retirez la pintade et conservez-la au chaud, par exemple dans une assiette posée sur une casserole d'eau bouillante.

Préparation de la sauce :

Hachez l'oignon et mettez-le à dorer dans la casserole (ou faitout) de cuisson de la pintade.

Mouillez avec le vin aillé de la marinade.

Ajoutez les tomates concassées et écrasez-les avec la cuillère en bois, tout en mélangeant, de façon à obtenir une sauce. Ajoutez les morceaux de pintade, laissez mijoter 20 min. Ajoutez le poivron.

Laissez encore cuire pendant 5 min, en faisant sauter la casserole.

Coupez le basilic en petits morceaux dont vous saupoudrez la préparation.

Mélangez en secouant et retirez la sauteuse du feu.

Servez dans un plat chaud entouré de pommes de terre sautées