

# CAILLES DE NOËL

4 personnes :

4 cailles prêtes à cuire 400 g de foie gras cru

4 tranches fines de jambon cru de pays

1 kg de marrons épluchés

150 g d'échalotes

1 bulbe de fenouil

120 g de cernaux de noix

1 litre de bouillon de volaille

60 g de beurre

Sel, poivre

1. Coupez le foie gras en petits morceaux. Poivrez et salez l'intérieur des cailles.
2. Farcissez-les de foie gras et ficelez les pattes par dessus l'ouverture.
3. Habillez-les d'une tranche de jambon et maintenez-les avec la ficelle.
4. Faites dorer cailles avec 30 g de beurre dans une cocotte en les retournant souvent.
5. Couvrez et baissez le feu. Laissez cuire 20 minutes.
6. Émincez les échalotes et le fenouil. Dans une autre casserole, faites revenir sans coloration avec le restant de beurre et ajoutez les marrons épluchés.
7. Couvrez de bouillon à hauteur. Salez puis poivrez.
8. Faites cuire à feu doux jusqu'à ce que les marrons soient tendres et aient absorbé le bouillon.
9. En fin de cuisson, ajoutez les cernaux de noix. Ensuite, ajoutez 5 cl de bouillon dans la cocotte, grattez bien

les sucs.

10. Servez les cailles dans des assiettes avec un cordon de jus et avec les marrons.

11. Décorez avec des pluches de fenouil.

---

# CAILLE AUX PETITS LÉGUMES

## 1207 calories

**Cuisson: 40 minutes** (1 h de marinade)

**4 personnes:**

2 grosses cailles

50 g de céleri en dés

4 cs d'huile

50 g de carottes en dés

Thym, laurier

2 cl de porto

80 g de lard coupé en dés

1/2 verre de demi -glace

100 g de beurre

2 échalotes émincées

Sel et poivre du moulin

**1.** Videz les cailles salez-les, poivrez-les et faites-les marinées 1 heure dans l'huile additionnée de thym et de

laurier.

2. Faites blanchir les lardons dans de l'eau bouillante et passez les sous un jet d'eau froide.

3. Faites chauffer la moitié du beurre dans une braisière, mettez y les lardons à rissoler, faites y revenir ensuite les légumes et les échalotes, puis terminez la cuisson à couvert.

4. Faites chauffer le four à 180°

5. Retirez les légumes de la braisière et réservez-les au chaud. Disposez les cailles dans la même braisière et faites-les dorer sur toutes leurs faces. Versez la marinade dans la braisière, prolongez la cuisson 5 minutes au four et laissez reposer.

6. Retirez les cailles de la braisière, découpez-les, dégraissez le fond de cuisson avec un papier absorbant, déglacez avec le porto et la sauce demi-glace, portez le tout à ébullition. Ajoutez le reste par petits dés pour monter la sauce.

7. Servez les cailles garnies de légumes et nappées avec une partie de la sauce. Présentez le reste en saucière.