

Pintades au chou

Pour 8 personnes :

- 1 chou vert frisé
- 3 oignons
- 250 gr de lardons fumés
- 25 ml d'huile d'olive
- 2 pintades d'1.2 kg chacune
- Sel, poivre
- 1 brin de thym
- 1 feuille de laurier

Pour servir : 200 ml de crème légère (facultatif)



Faire préchauffer le four, th 6/7 ou 200°C. Dans le **Faitout 5.7L Chef Séries**, faire blanchir le chou 5 minutes à l'eau bouillante salée. L'égoutter, le laisser refroidir et le couper en large lanières puis laisser en attente. Dans le **Pichet Microplus 1L**, déposer les oignons épluchés et hachés au **Quick Chef 3**, les lardons et l'huile et faire cuire 5 minutes à 750 watts. Dans la **Base de l'Ultra Pro 5.7L**, déposer une couche de chou, un peu de lardons et d'oignons, une couche de chou, le reste des lardons et des oignons et poser dessus les 2 pintades. Saler, poivrer, ajouter le thym, le laurier et couvrir avec la **Base de l'Ultra Pro 3.3L** retourné pour augmenter le volume de **l'Ultra Pro 5.7L**.

Faire cuire dans le four préchauffé, 1h15, th 6/7 ou 200°C. Dans le **Pichet Microplus 1L** verser la crème et la faire chauffer 1 minute, à 750 watts. Servir les pintades coupées en morceaux et le chou arrosé de crème chaude.