Autres volailles

Pintade aux dattes, poires et canelle

1h30	1h10	20 min	0	435
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

- 4 **Suprême(s) de pintade**
- 4 **Poire**
- 12 unité(s) entière(s) **Datte(s) séchée(s)**
- 100 ml **Cognac**
- 2 c. à soupe **Miel**
- 1 c. à café **Cannelle en poudre**
- 1 c. à café **Piment d'Espelette**
- 1 c. à café **Sel**
- 1 **Gousse(s) d'ail**
- 1 c. à soupe **Beurre clarifié (ghee)**

Étape 1

Préparation

1. Laver et bien sécher les suprêmes de pintade.
2. Eplucher et presser l'ail. Le mélanger avec le miel, le sel, la cannelle et le piment d'Espelette.
3. Recouvrir les suprêmes avec cette préparation. Les envelopper de film alimentaire et placer au réfrigérateur pour une heure.
4. Eplucher les poires et si elles sont grandes, les couper en quatre.
5. Faire chauffer le four à 200°C (Th.6-7).
6. Faire fondre le beurre dans la poêle. Y faire saisir les suprêmes des deux côtés.
7. Mettre les suprêmes dans le plat allant au four avec les poires et les dattes.
8. Déglacer la poêle avec le cognac et verser cette sauce sur les suprêmes et les fruits.
9. Les placer au four et les faire cuire 20 minutes.

Étape 2

Dressage

Sortir le plat du four et servir bien chaud.

```
```