

Pigeonneau sur lit de fruits confits



1h10 **20 min** **50 min** **0** **622**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le pigeonneau

2 **Pigeonneau(x)**
 8 **Datte(s) séchée(s)**
 8 **Abricot sec**
 8 **Figue séchée**
 8 **Pruneau(x)**
 20 g **Orange(s) confite(s)**
 1 **Oignon(s)**
 1 c. à soupe **Miel liquide**
 1 verre(s) **Vin blanc**
 2 c. à soupe **Huile de tournesol**
 3 pincée(s) **Quatre-épices**
 1 **Sel**
 1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

2 c. à soupe **Pistaches**

Étape 1

Préparation des pigeonneaux aux fruits confits

- 1 Dans un bol, disposer les dattes, les pruneaux, les abricots et les figues. Couvrir d'eau et laisser gonfler le temps de préparer le reste des ingrédients.
- 2 À l'aide d'un couteau d'office, peler l'oignon.
- 3 À l'aide d'un couteau de chef, détailler l'oignon en rondelles. Réserver.
- 4 Ficeler les pigeonneaux à l'aide de ficelle de cuisine. Saler toutes les faces.
- 5 Faire chauffer l'huile et le miel dans une cocotte. Ajouter les oignons et les faire blondir en remuant régulièrement à l'aide d'une cuillère en bois.
- 6 Déposer les pigeonneaux dans la cocotte et les faire légèrement dorer sur toutes les faces.
- 7 Débarrasser les pigeonneaux et les rondelles d'oignons dans un plat. Jeter le gras de la cocotte.
- 8 Égoutter les fruits secs à l'aide d'une passoire.
- 9 À l'aide d'un couteau de chef, détailler en cubes les écorces d'orange confites.
- 10 Sur feu doux, déposer les fruits égouttés, les oranges confites et les oignons dans la cocotte.

- 11 Ajouter le quatre-épices. Mélanger à l'aide d'une cuillère en bois.
- 12 Disposer les pigeonceaux dans la cocotte. Verser le vin blanc.
- 13 Saler et poivrer légèrement puis couvrir. Laisser cuire jusqu'à ce que les pigeonceaux soient cuits à coeur.
- 14 Si tout le liquide s'est évaporé avant la fin de la cuisson, ajouter un peu d'eau.

Étape 2

Dressage

- 1 Disposer les fruits confits et les oignons sur un plat.
- 2 Déposer les pigeonceaux sur le lit de fruits confits.
- 3 Concasser les pistaches à l'aide d'un couteau de chef.
- 4 Parsemer les pigeonceaux de pistaches.
- 5 Servir immédiatement.