

# PIGEONS AUX PETITS POIS

Décembre 2018

## Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 2 beaux pigeons (450 g pièce)
- ★ 2 tranches fines de poitrine fraîche
- ★ 100 g de lardons nature
- ★ 600 g de petits pois écossés (Frais ou surgelés)
- ★ 8 oignons blancs grelots
- ★ 2 cœurs de sucrine
- ★ 2 brins de persil
- ★ 1 cuillère à soupe d'huile d'arachide
- ★ 30 g de beurre
- ★ 1 cuillère à café de fond de volaille déshydraté
- ★ 1 cuillère à café de fond de veau déshydraté
- ★ Sel fin, poivre moulu

Ustensiles : Cocotte en fonte, Casserole, Aiguille à brider, Pique-olive

Préparation : 10 mn (20 mn si pois frais)

Cuisson : 55 mn

Difficulté : Assez facile

Coût (indicatif) : Avec pois surgelés : 19,00 € (Soit 4,75 € par personne)



## Recette :

Parer les pigeons : saler et poivrer l'intérieur, brider le croupion avec de la ficelle alimentaire à l'aide d'une aiguille à brider, entourer chacun d'eux avec une tranche de poitrine fraîche et maintenir avec un pique-olive. Si les petits pois sont frais, les écosses. Ne garder que les cœurs de sucrine (ôter les feuilles extérieures). Peler les oignons grelots. Dans une petite casserole, porter 25 cl d'eau à ébullition, couper le feu ajouter le fond de volaille, le fond de veau et bien mélanger.

Dans une cocotte, faire fondre le beurre avec l'huile à feu moyen, ajouter les lardons et les laisser suer 1 à 2 minutes, les retirer, incorporer les pigeons et laisser dorer sur tous les côtés. Retirer les pigeons, les réserver. Ajouter le fond de viande, à la reprise de l'ébullition, remettre pigeons et lardons, ajouter les petits pois, 3 à 4 cosses, les oignons, les sucrines, le persil, saler, poivrer et laisser mijoter à couvert et à feu très doux pendant 45 minutes. Si le liquide vient à manquer en cours de cuisson, ajouter un peu d'eau chaude. Rectifier l'assaisonnement en fin de cuisson.

Présenter les pigeons coupés en deux dans la longueur, entourés des petits pois, lardons, oignons et cœurs de salade.

## Boisson :

Un Bourgueil, un Chinon ou un Côtes de Brouilly servi à 16°C. (\*)

(\*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.