

Cailles Sauce Crème Moutardée au Miel

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- | | |
|--------------------|---------------|
| - CAILLE(S) | 2 |
| - CRÈME FRAÎCHE | 150 ml |
| - MOUTARDE AU MIEL | 1.5 c à soupe |
| - PERSIL | |
| - SEL | |
| - POIVRE | |

Recette:

- Saisissez les cailles, sur toutes les faces, dans une cocotte avec du beurre chaud. Salez et poivrez.
- Arrosez alors de crème fraîche et portez à ébullition. Baissez le feu et couvrez. Laissez mijoter 30-35 minutes en retournant régulièrement les volailles.
- En fin de cuisson, intégrez la moutarde au miel et augmentez quelques minutes le feu.
- Rectifiez l'assaisonnement.
- Servez les cailles nappées de sauce et saupoudrez de persil.

