

FILETS DE CAILLE À LA KRIEK ET AUX CHAMPIGNONS

Nombre de personnes: 6

Temps de préparation: 30 minutes

Ingrédients:

- FILETS DE CAILLE	1 kg
- CHAMPIGNONS DE PARIS	250 g
- OIGNON(S)	1
- KRIEK (BIÈRE)	3 dl
- EXTRAIT DE VIANDE	2 pointes de couteau
- CREME FRAICHE	6 c à soupe
- BEURRE	
- NOIX DE MUSCADE	
- MAÏZENA	
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Emincez l'oignon finement.
- Nettoyez et coupez les champignons en 2 ou en 4 suivant leur grosseur.
- Dans une poêle, faites fondre du beurre. Faites-y rissoler les filets de caille des deux côtés. Salez, poivrez et muscadez.
- Réservez les filets de caille sur une assiette.
- Dans la même poêle, faites fondre de nouveau un peu de beurre, ajoutez-y les champignons et l'oignon émincé. Laissez cuire quelques minutes. Salez, poivrez et muscadez.
- Déglacez alors le tout avec la Kriek. Puis ajoutez la crème fraîche, l'extrait de viande. Faites bouillir légèrement et ajoutez un tout petit peu de maïzéna. Rectifiez l'assaisonnement (sel, poivre et muscade).
- Remettez les filets de caille dans la sauce et diminuez le feu.
- Servez les filets nappés de sauce avec des mignonnettes ou des croquettes de pomme de terre accompagnés d'une petite salade rafraîchissante.

