

Filets de Faisan à l'Orange

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- FILET(S) DE FAISAN	4
- ORANGE(S)	1
- VIN BLANC SEC	25 cl
- BOUILLON DE VOLAILLE	1/2 cube
- PAPRIKA	
- THYM	
- MAIZENA	selon votre goût
- SEL	
- POIVRE	
- BEURRE DE CUISSON	



Recette:

- Pressez l'orange.
- Faites chauffer une poêle (avec couvercle) et faites-y fondre un peu de beurre de cuisson. Faites-y dorer sur toutes les faces les filets de faisan. Salez, poivrez et épicez de paprika et de thym. Baissez le feu et couvrez à demi pour faire cuire doucement le cœur des filets. Retirez du feu et réservez au chaud (au four à 100 °C)
- Déglacez la poêle avec le vin blanc et détachez les sucs de cuisson avec une cuillère en bois. Laissez réduire de moitié.
- Ajoutez ensuite le jus d'orange et émiettez le cube de bouillon. Laissez cuire 2 minutes puis ajoutez un peu de liant.
- Servez immédiatement les filets nappés de cette sauce.

Remarque:

Accompagnez ce plat délicieux de croquettes de pommes de terre et de princesses, brocoli ou chicons braisés.

Un conseil, les chicons braisés aux cerises (DI-68) en accompagnement, un vrai délice.