

## *Cailles au Banyuls et aux Abricots*

**Nombre de personnes: 4**

**Temps de préparation: 1 h 15 min**

### Ingrédients:

- CAILLE(S)	4
- BEURRE DE CUISSON	
- ÉCHALOTE(S)	2
- HERBES DE PROVENCE	½ c à soupe
- QUATRE-ÉPICES (MÉLANGE)	2 pincées
- BANYULS	2x 10 cl
- MIEL	1 c à soupe
- ABRICOTS AU SIROP	20 demis + Sirop
- MAÏZENA	1 c à café
- SEL	
- POIVRE	

### Recette:

- Emincez finement les échalotes en rondelles.
- Faites fondre du beurre de cuisson dans une cocotte avec couvercle et saisissez-y les cailles sur toutes les faces. Ajoutez alors les échalotes, salez et poivrez. Remuez quelques instants.
- Mélangez 10 premiers centilitres de Banyuls avec 10 cl de sirop d'abricot.
- Assaisonnez les cailles du mélange 4 épices et d'herbes de Provence puis arrosez du mélange Banyuls-Sirop. Laissez bouillir 15 secondes puis baissez le feu et couvrez.
- Faites cuire doucement à couvert pendant 30-40 minutes en retournant les cailles de temps en temps.
- Mélangez ensuite les 10 cl restant de vin avec la maïzéna.
- Lorsque les cailles sont bien cuites, arrosez-les de ce mélange et ajoutez aussi le miel.
- Portez à ébullition 1 minute en mélangeant puis baissez le feu.
- Introduisez finalement les abricots et poursuivez la cuisson 1-2 minutes.
- Servez les cailles nappées de sauce avec 5-6 demi-abricots.

