

Chern Hwei Gan

Chef du restaurant « Le Parapluie » à Dijon

Cailles marinées, légumes de saison au kumquat !

INGREDIENTS pour 2 personnes

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------|
| ☞ 2 cailles entières | ☞ 2 tiges d'oignon vert |
| ☞ 4 cuillères à soupe de sauce soja | ☞ Asperges |
| ☞ 1 cuillère à soupe de sauce huître | ☞ Petits pois |
| ☞ 1 cuillère à café d'huile de sésame | ☞ Fèves |
| ☞ 1 cuillère à café de cinq épices | ☞ Jeunes carottes |
| ☞ 2 gousses d'ail | ☞ Pomme de terre grenail |
| ☞ 2 tranches de gingembre | |

DEROULE DE LA RECETTE

Mélanger la sauce soja, sauce huître, huile de sésame et cinq épices dans un bol. Y mariner les cailles pendant une heure.

Mettre les gousses d'ail, le gingembre, l'oignon vert dans la cavité de la caille.

Filmer hermétiquement la caille avec du film alimentaire à plusieurs tours.

Faire bouillir une grande casserole. Y plonger les cailles bien filmées. Éteindre le feu et laisser les cailles 15 min dans l'eau. Mettre une assiette sur les cailles pour éviter qu'elles flottent à la surface.

Sortir les cailles de l'eau et les laisser refroidir à température ambiante. Vous pouvez les garder dans votre frigo si vous les faites à l'avance.

Cuire les légumes selon leur cuisson différente.

Préchauffer le four à 200°C. Dans un plat allant au four, mettre les pommes de terre et les cailles (ôter préalablement le film alimentaire). Arrosées-les d'un filet d'huile et les mettre au four pendant environ 20 min, jusqu'à ce que la peau des cailles soit croustillante. 5 minutes avant la fin de cuisson, y ajouter les légumes et les kumquats coupés en tranches.

C'est prêt à déguster !