

Filets de Pintade fermière des Landes grillés aux graines de sésame aux pommes vitelotte

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min

Cuisson : 15 min

Ingrédients

- 2 Pintades
- 60 g de graines de sésame
- 40 g de beurre
- 2cl d'huile d'arachide
- 15 gr de crème
- 2 œufs
- 300 gr de pommes vitelotte
- Salade douceur



Préparation

- 1- Sur la Pintade, levez les filets au plus près de la carcasse, les cuisses serviront pour une autre recette
- 2- Blanchissez les graines de sésame, égouttez puis épongez-les à l'aide d'un linge et étalez-les sur une assiette
- 3- A l'aide d'un pinceau, badigeonnez de beurre clarifié le côté chair des filets assaisonnés de sel et de piment d'Espelette
- 4- Plaquez fortement la surface beurrée des filets sur les graines de sésame afin de les faire adhérer puis réservez.
- 5- Cuisez à l'eau salée les pommes de terre vitelotte, puis détaillez-le en rondelles épaisses.
- 6- Dans un sautoir graissé à l'huile, poêlez les filets à feu doux, le côté masqué de sésame en premier, pendant 5 min. Retournez et poêlez pour rissoler, la chair doit être souple.
- 7- Les pommes de terre vitelotte doivent être sautées au beurre et disposés dans l'assiette puis conservées au chaud.
- 8- Cassez les œufs en séparant les jaunes des blancs. Passez les jaunes à travers une passoire fine, détendez-les avec 15gr de crème puis salez. Versez en cordon dans l'assiette autour du filet et des pommes de terre.

Accompagnez ce plat de Château La Rame, Sainte Croix du Mont