





Suprêmes de pigeon en feuilles de chou frisé

Appareils Gaggenau : four à vapeur, feu

Température : 100 °C

Degré d'humidité : 100%

Préparation : env. 45 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients :

8 suprêmes de pigeon (d'env. 80 g)

12 feuilles de chou frisé (1,5 par petit paquet)

20 g de beurre mou

Sel

Poivre blanc frais moulu

Ingrédients pour la sauce :

300 ml de fond de volaille clair

resp. 150 ml de lait et de crème

50 g de pain de mie sans bord

150 g de raifort fraîchement râpé

1 pincée de sel

Poivre blanc frais moulu

Un peu de jus de citron

1 c. à soupe de crème fouettée

Préparation : Laver les feuilles de chou, faire blanchir dans le four à vapeur Gaggenau env. **4 minutes**, plonger dans l'eau froide. Enlever les nervures centrales, tenir pour cela le couteau légèrement en biais et laisser sécher les feuilles sur un torchon. Laver les suprêmes de pigeon, enlever la peau et les tendons.

Former les feuilles de chou en rectangles, mettre chaque fois une demi-feuille sur la nervure découpée et badigeonner de beurre. Poser un suprême sur la moitié avant, saler et poivrer. Refermer les côtés sur la viande, prendre les bords et y envelopper les suprêmes complètement. Poser dans le panier de cuisson à trous et laisser cuire à l'étouffée au four à vapeur pendant **10 minutes**, à **100 °C**, degré d'humidité à 100%.

Pour la sauce, faire cuire le fond avec le lait et la crème. Ajouter le pain blanc coupé en dés et le faire revenir rapidement. Enlever la casserole du feu, ajouter le raifort. Laisser reposer brièvement et passer la sauce au chinois, saler, poivrer. Avant de servir, assaisonner avec le jus de citron et affiner avec la crème fouettée.

Dresser les petits paquets de pigeons au chou frisé sur la sauce au raifort.

Garniture : Purée de pommes de terre et de carottes. Varier une purée classique avec un $\frac{1}{3}$ de carottes.

Recommandation : Si l'on est pressé, on peut aussi servir en garniture des pommes de terre à la vapeur que l'on met au four environ à vapeur cinq minutes avant les paquets de chou frisé. Mettre des petites pommes de terre épluchées dans le panier à trous au four préchauffé, à **100 °C**, degré d'humidité à 100%. Dès que l'on met les suprêmes au four, augmenter la température à **120 °C**.