

Pintade rôtie aux fruits de l'automne.



Température : 150°C
Taux d'humidité : 80%
Cuisson : 60 à 80 min selon poids

Ingrédients :

1 pintade
3 pommes coupées en quartiers
5 figues
2 cuillères à soupe de raisins secs
Sel
Poivre

Préchauffez le four à 150°C, 80% d'humidité.

- Dans un plat de cuisson, déposez votre pintade entière et assaisonnez-la selon vos envies (pommes, figues, raisins, épices...).
- Enfournez dans votre four combiné-vapeur et programmez votre sonde thermométrique à 80°C.
- La pintade est cuite lorsque la température à cœur de 80°C est atteinte.
- Le four sonne et s'arrête automatiquement.
- Nul besoin de mettre de l'eau dans votre plat car l'apport d'humidité vous permettra d'obtenir un jus de cuisson.