

CAILLES EN POIVRONS

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 belles cailles plumées, non vidées
 - 4 poivrons verts ou rouges
 - 1 tranche de jambon cru
 - 1 barde de lard gras mince
- 2 c à café de baies de genièvre
- 2 c à soupe d'huile d'olive
- QS de sel, poivre

Préparation

- Faire chauffer le four à 200°C (thermostat 6).
- Vider les cailles. Nettoyer les foies, les gésiers et les coeurs. Couper le jambon en morceaux. Passer les foies, les gésiers, les coeurs et le jambon au robot, mélanger. Saler et poivrer. Ecraser légèrement les baies de genièvre et les ajouter à ce mélange.
- Saler et poivrer l'intérieur et l'extérieur des cailles. Les emplir avec le mélange précédent. Couper des bandes de lard gras, et en envelopper les cailles. Maintenir cette barde avec du fil de cuisine.
- Retirer le pédoncule des poivrons et par l'ouverture ainsi pratiquée, retirer les graines et les filaments blancs.
- Rincer les poivrons et les essuyer. Introduire une caille à l'intérieur de chaque poivron.
- Huiler un plat à gratin. Disposer dedans les cailles dans leur poivron. Badigeonner chaque poivron d'huile d'olive. mettre au four et laisser cuire 30 minutes environ, selon la grosseur des cailles. Si les poivrons brunissent trop rapidement, abaisser un peu la température du four. Servir chaud dans le plat de cuisson.