



Recette : Outarde au whiskey et à l'érable

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : entre 4 et 12 heures, selon la température de cuisson choisie

Portions : 4 à 6 portions

Exécution : facile

Ingrédients

Liste des ingrédients	
2 poitrines d'outarde	
1/4 tasse d'huile d'olive	
1 tasse de sirop d'érable	
1/2 tasse de whiskey	
1/2 tasse de cassonade	
2 c. à table de purée de tomates	
2 oranges, zestées et le jus extrait	
4 gousses d'ail, écrasées	
8 fines tranches de gingembre frais	
2 c. à thé de poivre de Cayenne	
2 c. à table de gros sel	
1 c. à thé de poivre noir fraîchement moulu	

Préparation

1. Tranchez les poitrines d'outarde environ l'épaisseur de l'index dans le sens contraire de la viande
2. Combinez le piment de Cayenne, le sel et le poivre noir moulu. Frottez le mélange sur les tranches de poitrine et déposez-les dans un bol ou un autre contenant.
3. Versez le reste des ingrédients dans un bol séparé et mélangez. Versez sur les tranches d'outarde, recouvrir avec un couvercle, et faites mariner pendant 2 heures ou toute la nuit dans le frigo.
4. Transférez les tranches d'outarde et la marinade dans le pot de grès (ou dans une mijoteuse). Couvrez et faites cuire pendant 9 à 12 heures à faible température ou 4 à 6 heures à température élevée. Ajustez l'assaisonnement au goût. Servez avec des cuillérées de liquide sur les tranches de poitrines d'outarde.

Bon appétit !

Source : <http://www.emotionchassepeche.com>

Source : <http://www.emotionchassepeche.com>