



PINTADES AUX EPICES

Pour 8 personnes :

2 pintades coupées en 4 - 20 abricots secs - 3 poires - 2 pommes - 1 noix de gingembre de 4cm - 3 oignons rouges - 150g beurre - 2 càs cannelle en poudre - 2 càs coriandre en poudre - 2 càs cumin en poudre - 2 càs baies roses - 2 citrons verts - huile d'olive –

Tremper les abricots à l'eau chaude.

Préchauffer le four à 180° (th.6).

Disposer les morceaux de pintade dans un plat huilé et y jeter les épices. Recouvrir d'huile d'olive et les citrons verts coupés en rondelles. Saler et poivrer. Verser un peu d'eau au fond du plat.

Enfourner et laisser cuire. Arroser de temps en temps du jus de cuisson. Temps total de cuisson : 1 heure

Couper les abricots en 2, éplucher les poires et les pommes. Epépiner et couper en morceaux. Dorer 10min les oignons hachés et le gingembre épluché et râpé dans le beurre. Ajouter les fruits. Laisser mijoter 15min.

A servir avec du riz basmati.