Caille basse température, butternut, morille, sauce au vin et aux figues

La volaille a une place de choix dans nos menus de fêtes. Cette année je vous propose de cuisiner de la caille, petit volatile à la chair très subtile avec ces « Caille basse température, butternut, morille, sauce au vin et aux figues ». J'ai bien sûr choisi la basse température pour les mitonner car la caille ne supporte pas les agressions d'une cuisson trop vive. Pour plus d'informations sur la cuisson sous vide basse température cliquez ici. Mais si vous ne possédez pas de matériel basse température pas de souci vous trouverez dans cette recette une autre façon de les cuisiner (vapeur puis passées à la poêle rapidement).

Commandez les cailles chez votre volailler et demandez-lui de vous les désosser en crapaudine: il ôtera tous les os, sauf ceux des ailes et des cuisses, en gardant la caille entière que l'on va alors pouvoir farcir.

Côté organisation vous pouvez préparer les cailles et les mettre sous vide la veille et les cuire le jour même.

Pour plus de renseignements sur la cuisson sous vide basse température cliquez ici.

Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 » , « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 4 ». Les livres sont

disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez ici
- Pour le Tome 2, cliquez ici
- Pour le Tome 3, cliquez ici

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

Caille basse température, butternut, morille, sauce au vin et aux figues

Ce plat fait partie de mon menu de fêtes 2018 dont voici le déroulé:

- **En apéritif**: Huîtres mi-cuites, crème d'estragon et perles de la mer. Pour la recette cliquez ici.
- **En entrée:** Mon foie gras de Gala. Pour la recette

cliquez ici.

- **En plat de résistance**: Caille basse température, butternut, morille, sauce au vin et aux figues.
- **Le fromage**: Nems de chèvre et poire aux noix. Cette recette sera publiée le **20 décembre 2018**
- **Et la bûche**, la bûche Mangananas. Pour la recette cliquez ici.

Ingrédients pour 4 Cailles basse température, butternut, morille, sauce au vin et aux figues

- 4 cailles

Pour la farce:

- un demi oignon
- une échalote
- 300 g de champignons de Paris
- sel et poivre

Pour la purée de butternut

- un petit butternut (1 kg)
- 25 cl de fond de volaille
- une cuillerée à soupe de crème fraîche épaisse
- beurre
- sel et poivre

Pour la garniture

- 8 figues
- beurre
- 150 g de vin rouge (Médoc par exemple)
- une pointe de cannelle
- poivre long. Le poivre long est un poivre fruité qui ne se moût pas au moulin à poivre car ses grains sont trop allongés et assez durs. Mixez-le pour le réduire en

poudre et gardez-le dans un petit pot hermétique.
- 200 g de morilles
- 16 choux de Bruxelles

Pour la sauce

- jus de cuisson des figues
- 15 cl de fond de volaille
- une cuillerée à soupe rase de miel
- sel, poivre

Matériel

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.

FoodSaver Machine Sous Vide, avec compartiment de rangement pour rouleau et cutter et 3 vitesses d'aspiration, inclut sacs

de mise sous vide assortis, Argent avec des touches noires [V2860-I]

- Ou pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche de bien meilleure qualité (et qui vous permettra aussi de mettre des liquides sous vide) je vous conseille l'achat de la Home de Multivac. Vous la trouverez en cliquant ici et profitez d'une réduction de **50 euros** sur votre achat en utilisant le code promo **"Gourmantissimes50"**

Home de Multivac

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

Aicok Cuiseur Sous Vide 1500W Calculateur d'Immersion de Cuisinière Avec Minuterie Numérique et Thermostat Réglable pour Circulation de Température et Cuisson Précise, Sans BPA, Inox, Noir

Préparation

Pour les cailles

- Épluchez et détaillez un demi oignon et une échalote en fine brunoise. Faites revenir oignon et échalote dans une poêle avec un peu de beurre.

Épluchez et détaillez un demi oignon et une échalote en fine brunoise

- Nettoyez les champignons de Paris et hachez -les finement.

Hachez grossièrement les queues et la chair des champignons

- Ajoutez-les dans la poêle avec l’oignon et échalote. Faites revenir à feu doux. Salez et poivrez en fin de cuisson: si vous salez en début les champignons vont rendre beaucoup d’eau….

Ajoutez les champignons hachés

- Ouvrez les cailles sur votre plan de travail.

Ouvrez les cailles sur votre plan de travail

- Farcissez chaque caille avec une cuillerée de farce aux champignons.

Farcissez chaque caille avec une cuillerée de farce aux

champignons

- Rabattez les cuisses et les ailes sur la farce de manière à fermer la caille.

Rabattez les cuisses et les ailes sur la farce de manière à fermer la caille

- Posez la caille sur un carré de film alimentaire. Salez et poivrez.

Posez la caille sur un carré de film alimentaire

- Roulez la caille dans le film de manière à former un petit boudin bien serré. Si vous ne possédez pas de matériel basse température cuisez les cailles à la vapeur pendant 15 mn (disposez-les dans votre cuit vapeur à partir du moment où la vapeur commence à se

dégager…)

Roulez la caille dans le film de manière à former un petit boudin bien serré

- Si vous les cuisez sous vide basse température mettez les cailles sous vide. Placez les au frais jusqu'au moment de les cuire mais sortez-les du frigo 30 mn avant la cuisson.

Si vous les cuisez sous vide basse température mettez les cailles sous vide

Le jour même:

Pour le butternut: nous allons préparer de la purée de butternut, des dés de butternut et des pépins grillés de butternut.

- Coupez le butternut en tranches. Puis ôtez l’écorce avec un couteau. Prélevez les graines; nettoyez-les et réservez-les.

Prélevez les graines; nettoyez-les et réservez-les

- Puis détaillez le butternut en tout petits dés. Plus les dés seront petits, plus ils cuiront vite…

Puis détaillez le butternut en tout petits dés

- Versez les dés de butternut dans une sauteuse avec le fond de volaille et cuisez-le tout à feu doux jusqu’à ce que le butternut soit cuit. Égouttez- le si il reste encore un peu de liquide. Réservez un quart des dés de butternut puis mixez le restant avec une cuillerée de crème fraîche épaisse et une noix de beurre. Votre purée doit avoir de la tenue: si ce n’est pas le cas et

qu’elle est encore un peu liquide remettez-la sur le feu pour la « sécher » jusqu’à obtenir la bonne consistance. Salez et poivrez.

Versez les dés de butternut dans une sauteuse avec le fond de volaille et cuisez-le tout à feu doux

- Faites revenir les dés de butternut que vous avez réservés avec un peu de beurre. Réservez.

Faites revenir les dés de butternut que vous avez réservé avec un peu de beurre

- Reprenez les graines que vous avez réservé précédemment. Mélangez-les avec un peu d’huile, du sel et du poivre.

Reprenez les graines que vous avez réservé précédemment. Mélangez-les avec un peu d’huile, du sel et du poivre

- Disposez les graines sur une surface anti adhésive et enfournez à 180° pendant 10 mn. Elles doivent être bien croquantes. Réservez dans un récipient hermétique.

Disposez les graines sur une surface anti adhésive et enfournez à 180° pendant 10 mn

Pour les figues

- Rincez les figues et incisez-les de manière à former une croix sur le dessus.

Rincez les figues et incisez-les de manière à former une croix sur le dessus.

- Disposez-les dans un petit plat avec le vin, la cannelle et le poivre long. Enfournez à 160° pendant 15 minutes.

Disposez les figues dans un petit plat avec le vin et le poivre long

Pour les choux de Bruxelles:

- Ôtez les premières petites feuilles des choux de Bruxelles avec un petit couteau. Faites amenez une casserole d’eau à ébullition et plongez-y les choux de Bruxelles pendant 2 mn.

Faites amenez une casserole d’eau à ébullition et plongez-y les choux de Bruxelles pendant 2 mn

- Égouttez les choux de Bruxelles et plongez-les dans l’eau froide pour arrêter la cuisson.

Égouttez les choux de Bruxelles et plongez-les dans l’eau froide pour arrêter la cuisson

- Juste avant de servir coupez les choux de Bruxelles en deux puis faites-les revenir avec un peu de beurre. Salez et poivrez.

Juste avant de servir coupez les choux de Bruxelles en deux puis faites-les revenir avec un peu de beurre. Salez et poivrez

Pour les morilles

- Nettoyez les morilles puis faites les revenir quelques minutes avec une noisette de beurre. Salez et poivrez.

Nettoyez les morilles puis faites les revenir quelques minutes avec une noisette de beurre.

Pour la cuisson des cailles

- Cuisez vos cailles basse température 20 mn à 62 °. N’oubliez pas de les sortir une demi heure avant du frigo.

Plongez le sachet dans le bain marie chauffé par le thermoplongeur

Pour la sauce

- A la fin de la cuisson des cailles ouvrez le sachet et faites revenir les cailles dans une sauteuse bien chaude avec un peu de beurre juste dans le but de les colorer. Pendant que vous préparez la sauce et réchauffez les autres éléments du plat vous pouvez mettre les cailles dans votre four à 65° à couvert pour les conserver à température. N'oubliez pas de préchauffer également vos assiettes de présentation dans le four à la même température.

Colorez les cailles

- Versez le jus de cuisson des figues dans une casserole avec le miel et le fond de volaille. Faites bien réduire: il doit vous rester un cinquième de la sauce.

Juste avant de servir montez la sauce au beurre (environ 40 g).

Juste avant de servir montez la sauce au beurre

Dressage

Vous avez maintenant tous les éléments: les cailles, la sauce, la purée, la brunoise et les pépins de butternut, les morilles, les choux de Bruxelles et les figues.

- Commencez par dresser trois quenelles de purée dans l’assiette.

Commencez par dresser trois quenelles de purée dans l’assiette

- Puis disposez une caille et le restant des éléments tout

autour. Nappez chaque figue et les cailles d’une cuillerée de sauce. Et voilà d’élégantes et délicieuses cailles pour votre réveillon…

Puis disposez une caille et le restant des éléments tout autour

Caille basse température, butternut, morille, sauce au vin et aux figues

Caille basse température, butternut, morille, sauce au vin et aux figues