

Recette de la pintade au muscat de Cascastel

Ingrédients pour 6 personnes :

- 1 grosse pintade ou 2 petites
 - 1 litre de muscat
 - 2 oignons
 - 500 gr de carottes
- 25 cl de coulis de tomate
- Farine, sel et poivre

:

- Couper la pintade en morceaux
- Faire bien revenir la viande dans de l'huile d'olives
- Ajouter les oignons émincés et les carottes coupées en rondelles et les faire bien dorer
- Verser le coulis de tomate et laisser un peu réduire
- Saupoudrer d'une bonne cueillère à soupe de farine et bien mélanger pour la faire fondre
- Ajouter le muscat tout doucement en remuant au début pour bien diluer la farine.
Ajouter de l'eau pour finir de couvrir la viande
 - Ajouter sel et poivre couvrir
 - Amener à ébullition
 - Faire mijoter 2 heures