



Cailles des Vosges cuites au foin d'alpage & morilles de Haute-Maurienne. Épinards frais, salsifis caramélisés aux épices et crème au foin

Ingrédients

- 1 caille par personne
- 400 gr de morilles fraîches
- ½ litre de crème liquide 35% mg
- 25 cl d'Apremont
- 500 gr d'épinards frais
- 2 bâtons de salsifis
- 2 échalotes
- 1 oignon rouge
- 3 feuilles de laurier
- 2 cuillères à soupe de graines de courges torréfiées

Pour le caramel – *Quantités suffisantes selon vos goûts*

- Sucre
- Cumin
- Badiane
- Graines de fenouil
- Poivre de Java fumé
- Fleur de sel
- Cardamome
- Piment d'Espelette en poudre



Instructions

- Dans une cocotte en fonte, tapisser le fond avec le foin et déposer les cailles sur le foin après les avoir habillées et fourrées de morilles fraîches et de tranches de 4 à 5 mn d'échalotes.
- Verser un Apremont sur les cailles et dans le fond de la cocotte, saler et poivrer et mettre le laurier.
- Recouvrir les cailles de foin et refermer la cocotte et faire cuire 30 minutes à 180°C dans un four préalablement mis à température.
- Verser dans une russe « casserole », 1/2 litre de crème liquide et y incorporer une belle poignée de foin. Porter à ébullition à feu très doux pendant 15 minutes et laisser refroidir avant de passer au chinois.
- Éplucher les salsifis, les tailler en bâtons d'environ 10 cm de long, puis les cuire dans un blanc pendant 4 minutes et les passer au glaçante immédiatement.
- Réaliser un caramel à sec en y incorporant les épices mentionnées, puis y terminer la cuisson des salsifis en les faisant caraméliser lentement. L'intérieur doit rester croquant.
- Faire chauffer une poêle avec un filet d'huile de pépin de raisin, faire revenir la brunoise d'oignon, y faire tomber les épinards et y ajouter les graines de courges.
- Dresser votre assiette en nappant la caille de la crème au foin préalablement réchauffée à feu vif.



Chef Jonathan CHARLOIS

Iodé le Restaurant
61 rue Fessart - 92100 Boulogne Billancourt