



*La Ferme du Mandré*  
Producteur d'Ariège

Agneaux Tarasconnais, Poulets et Oeufs « plein air »

Marie-Christine FONNÉ  
Lieu-dit Le Mandré, 09120 VENTENAC  
Tél. : 05 61 60 22 65 - 06 19 03 43 80

[contact@fermedumandre.fr](mailto:contact@fermedumandre.fr)  
[www.fermedumandre.fr](http://www.fermedumandre.fr)

## Pintade au cidre, miel et gingembre

Préparation : 20 mn

Cuisson : 45 mn

Pour 4 personnes :

- 1 pintade
- 2 oignons
- 2 cuillères à soupe de miel
- 2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre
- 35 cl de cidre
- 75 gr de beurre
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olives
- 1 cuillère à café de gingembre
- 1/2 cuillère à café de 4 épices
- 1/2 cuillère à café de poivre concassé
- 1 cuillère à soupe de maïzena
- 1 pincée de sel
- 1 morceau de gingembre

### **Préparation**

1. Découpez la pintade en morceaux.
2. Chauffez 25 gr de beurre et l'huile dans une sauteuse.
3. Faites-y dorer les morceaux de pintade, 10 minutes en les tournants afin de bien les colorer. Salez, poivrez.
4. Retirez la pintade de la sauteuse et remplacez là par les oignons finement hachés.
5. Déglacez avec le cidre.
6. Dans un bol mélangez le miel, le vinaigre de cidre, le gingembre, le quatre-épices et le poivre.
7. Versez dans la sauteuse et mélangez.
8. Remettez les morceaux de viande et ajoutez le morceau de gingembre coupé en deux.
9. Couvrez et laissez mijoter 45 mn en retournant à mi-cuisson.

Servez ce plat avec des navets confits.

Bon appétit,