

# OUTARDE STROGANOFF (MIJOTEUSE) rév-6

## 1- Ingrédients

**Les quantités de bouillon, de vin, de crème, de champignons et d'assaisonnements..... doivent être ajustées avec la quantité de viande.**

2 poitrines d'outarde (4 morceaux)

Farine, sel, poivre, 1/2 cat de paprika, 1/2 cat thym, 1 feuille de laurier, beurre

1 tasse vin rouge, 1 tasse bouillon de poulet (base de poulet)

1 oignon haché

crème 35% pour cuisson 1 x 475 ml

Huile végétale ou gras de canard

Jus de citron 1 cat

Champignons de Paris tranchés (1/2 barquette) et

Champignons des bois déshydratés (14 g/ 5 oz)  
mes préférés pour cette recette: morilles

COMMENT RÉHYDRATER CHAMPIGNONS DES BOIS

## **OUTARDE STROGANOFF (MIJOTEUSE) rév-6**

Placer les champignons des bois dans une tasse à mesurer, les couvrir de bouillon de poulet et réhydrater pendant 2 heures.

## OUTARDE STROGANOFF (MIJOTEUSE) rév-6

### 2- PRÉPARATION ET CUISSON DES POITRINES

Enlever: la peau et les parties endommagées par les billes.

Couper les poitrines en lanières d'environ 10 mm d'épaisseur dans le sens contraire des fibres de la viande.

Enfariner la viande et faire revenir dans l'huile ou gras de canard à feu moyen vif environ 3 à 4 minutes.

Placer la viande (sans le gras) dans une mijoteuse et ajouter: oignon, sel, poivre, paprika, vin rouge, bouillon de poulet (couvrir viande), thym et laurier.

Cuire: mijoter pendant 7 à 8 heures à **HIGH**)

Enlever la viande et mettre de côté.

### 3- SAUCE

- verser la sauce de cuisson dans un chaudron
- ajouter le bouillon trempage des champignons des bois à la sauce de cuisson (si champignons des bois sont utilisés)
- ajouter la crème 35% et une cuillère à thé de jus de citron
- mélanger et faire mijoter
- épaissir au gout avec: [un roux blanc](#)

- ajouter la viande.

Cuire les champignons et les placer dans le chaudron avec la viande et la sauce.

# OUTARDE STROGANOFF (MIJOTEUSE) rév-6

## MORILLES



## RÉALISER UN ROUX BLANC

Comment réaliser un roux blanc pour épaissir une sauce.

Cliquez sur le lien suivant: [roux blanc](#)

Jean Daneau