



## LES CAILLES

### CAILLES CONFITES

Bien sûr si vous êtes chasseur vous allez peut-être trouver quelques cailles devant votre fusil, mais dans ce cas vous les dégusterez grillées au "flambadou" devant un "cantou" . On peut rêver... Mais je ne vous parlerais ici que des petites choses industrielles appelées cailles . Cette technique va vous les rendre aussi délicieuses qu'elles peuvent l'être ... et en plus vous les aurez sous la main

#### Ingédients :

des cailles (note1)

piquant LVC

éventuellement fruits secs

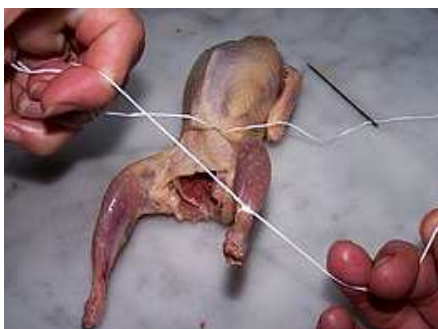
poudre de Perlimpimpin

de la bonne graisse d'oie ou de canard(note 2)

#### Méthode:

Revoyez la fiche "trousser caille" qui vous aidera à préparer vos petites bêtes pour pouvoir les confire  
Vérifiez les finitions de vos petites cailles . Coupez la tête ainsi vous n'aurez pas à vous battre avec les petites plumes de la tête . "Flambusquez"-les bien comme il faut et essuyez les

Maintenant trousser chaque bestiole soigneusement afin qu'elle forme une petite boule en quelque sorte



1



2



3

Demi-noeud sur la première patte, avec votre aiguille piquez l'aileron entre les deux petits os du même côté, traversez la poitrine en coinçant au passage le cou en prenant la peau et entre deux vertèbres puis l'autre côté de la poitrine, passez entre les deux petits os de l'aileron, croisez la deuxième patte et serrez . Nouez fermement c'est fini !



1



2



3 version "farci aux fruits"

Cette façon de les "trousser" vous permettra en coupant juste le noeud de pouvoir sortir toute la ficelle au moment du service d'un seul coup .

Pour une recette de "confit "moins "traditionnelle" :

Calez votre oiseau "le derrière en l'air" et farcissez votre bestiole avec de petits morceaux (votre photo 6 sur la page précédente) par exemple avec des abricots séchés, des figues séchées dont vous avez enlevé le pédoncule , des raisins secs et même avec les kamkuats *épépinées* .et des morceaux de pruneaux mélangés .

Pour les pruneaux, pensez à acheter des pruneaux d'Agen des vrais , non dénoyautés (ils sont bien meilleurs ) car au dernier moment vous enlèverez le noyaux en poussant la pointe et vous vous en servirez pour faire un petit "couvercle" sur l'ensemble de vos morceaux de fruits mélangés dont vous aurez bien rempli le ventre de vos oiseaux . Attention : surtout évitez les pruneaux "dits moelleux" "regonflés artificiellement ils ne gonfleraient plus avec le jus de cuisson !!!

Dans les deux cas :

Dans un sac de plastique mélanger les épices et assaisonnements et roulez-y .vos petites bestioles farcies Laissez les gentiment de côté au frais :l'ensemble doit être très équilibré pour que les arômes se marient les parfums vont se mêler et s'enrichir les uns les autres .

**les photos qui suivent ont été faites avec un appareil noir et blanc et vous demanderont de les voir avec les yeux de nos anciens car la technique est absolument la même qu'il y a cent ans !**

Donc mettez fondre votre graisse d'oie et vérifiez que vous êtes à la bonne température (ça se voit vous direz Mamie, mais avec votre thermomètre brassiez bien et 70° ira très bien )

Plongez vos petites boules dans la graisse, laissez "gourgouler" pendant ... un certain temps .



LE SECRET ?? c'est ça LA SURVEILLANCE . Si vous avez la chance de trouver une paille de seigle c'est le top .. Dès que la paille ne résiste plus votre cuisson est fini .

Rangez vos bestioles dans votre pot-graissier et couvrez immédiatement de graisse bien bouillante, largement à couvert d'un bon centimètre de graisse . Cette précaution est indispensable pour que l'air ne rentre pas et que la graisse protège bien vos petites bêtes

Posez un tissu sur le pot et dessus le couvercle : ainsi l'air pourra circuler sans miasmes . Ranger vos pots au frais et à l'ombre ... et dégustez plus tard avec délice, si possible au moins un mois après la fabrication . **ATTENTION** ne sortir vos trésor qu'avec un outil en inox stérilisé et reverser aussitôt de la graisse chaude largement à couvert d'un bon centimètre toujours pour que les bestioles soient bien protégées .

Vous n'aurez plus qu'à la faire dorer pour la réchauffer dans son "jus"et la servir avec les légumes de votre choix . et régalez vous

**NOTES TECHNIQUES:**

**T.S.V.P-->**

(note 1) Un chasseur parmi vous ?? et de vraies cailles sauvages ?? Une telle bien sûr la recette marchera quand même ... et vous revivrez votre chasse toute l'année !

(note 2) De la bonne graisse seule vous donnera un bon résultat. Oie ou canard seront parfaites car elles sont fines mais à défaut vous pouvez utiliser du bon "gras" maison de votre "tessou" sans problème .

Si vous n'en avez pas (ou pas assez) ajoutez un peu d'huile "blanche" comme on dit ici . La moins odorante ?? L'huile de tournesol mais c'est un pis-aller quand même

## **NOTES DIÉTÉTIQUES**

Pour les "sans sel" pas de problème : on en a pas mis !

Pour les "sans gluten" pas de problème si vos assaisonnements sont "maison".

Pour les "sans sucre" . il n'y a pas de problème pour la version classique mais bien évidemment pas de fruits secs à l'intérieur !!

Pour les "sans gras" bien évidemment cette recette ne vous est pas destinée ! A l'extrême limite essayez vos confits au maximum , plongez votre bestiole dans de l'eau bouillante sortez-la et "égouttez" là bien comme nos grands mères en vous servant d'un torchon comme d'un panier à salade et mettez-la griller sous la grill du four . C'est pas génial et ce n'est qu'un pis-aller . ATTENTION C'est un grave coup de canif au régime certes mais la caille c'est tout petit ... Peut-être pour une grande occasion ... et puis

vous connaissez ma formule :

**ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A**