

Retour à : [Perdrix rôties à l'orange](#)

[Imprimer](#)

Perdrix rôties à l'orange

Recette de : Allrecipes

QUÉBEC
allrecipes



(1)

Ajoutée aux favoris de 3 chef(s)

Prêt en : **30 minutes**

Photo de : Allrecipes

Faites dans l'originalité avec un repas de perdrix rôties, accompagnées d'une sauce à l'orange, au vin et au citron.

Ingrédients

Portions: **4**

4 jeunes perdrix prêtes à cuire, gardées à température ambiante

2 ½ c. à soupe de beurre

3 c. à soupe d'huile d'olive

sel et poivre noir

4-6 feuilles de laurier

le zeste et le jus d'un citron

100 ml de vin blanc sec

3 c. à soupe de marmelade d'orange

Méthode de préparation

Préparation : 10 minutes | Cuisson : 20 minutes

1. Préchauffer le four à 450°F (230°C). Couper les perdrix en deux; les placer dans un plat allant au four, côté coupé vers le bas.
2. Chauffer le beurre et l'huile dans une petite poêle, puis verser ce mélange sur les perdrix. Saler, poivrer et ajouter les feuilles de laurier. Cuire 15 minutes dans la partie supérieure du four; les perdrix doivent être cuites à point et dorées.
3. Mettre le zeste et le jus de citron dans une petite casserole, avec le vin et la marmelade; cuire à feu moyen, en remuant, jusqu'à homogénéité du mélange. Réduire le feu pour garder la sauce chaude.
4. Disposer les perdrix sur un plat de service. Retirer les feuilles de laurier. Verser la

sauce à l'orange dans le plat de cuisson des perdrix et porter à ébullition en grattant le fond avec une cuillère en bois, pour dissoudre les sucs de cuisson. Verser dans une saucière et servir avec les perdrix.

Nutrition

Calories 910 kcal

protéines 121 g

lipides 40 g

glucides 13 g

Dernière mise à jour : 31 août 2017

Droits réservés à 2017 Allrecipes.com, Inc.