



*Recette extraite du site internet [www.pigeonneau.fr](http://www.pigeonneau.fr)*

## Pigeonneaux au miel et au gingembre

Pour 4 personnes

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 20 à 25 minutes

4 pigeonneaux en crapaudine  
6 c. à s. d'huile d'arachide  
3 cm de racine de gingembre frais coupée en fine julienne  
1 blanc de poireau nettoyé et coupé en fine julienne  
4 grosses c. à s. de miel liquide  
4 c. à s. de sauce soja  
1 botte de coriandre  
Sel et poivre noir fraîchement moulu

Assaisonnez les pigeonneaux de sel et poivre. Dans deux grandes poêles, faites chauffer l'huile à feu assez vif et faites-y colorer les oiseaux, côté peau, pendant 10 minutes environ.

Lorsqu'ils sont bien dorés, retournez-les et poursuivez la cuisson de 7 à 8 minutes.

Videz la graisse de cuisson de la poêle. Ajoutez les deux tiers du gingembre et du poireau et laissez cuire pendant 3 minutes. Versez le miel et laissez bouillir jusqu'à caramélisation, sans laisser brûler.

Enlevez la poêle du feu. Déglacez avec la sauce soja et ajoutez le reste de gingembre et de poireau. Servez les pigeonneaux dans des assiettes bien chaudes.

Nappez-les du jus de cuisson et décorez avec de la coriandre. Accompagnez ce plat délicieux de riz blanc parfumé nature.