



Recette extraite du site internet www.pigeonneau.fr

Pigeonneaux aux oignons tandoori

Pour 4 personnes
Préparation : 30 minutes
Marinade : 12 heures
Cuisson : 20 minutes

LA VIANDE

4 pigeonneaux détaillés en cuisses et en suprêmes
Quelques brins de coriandre pour le décor
Sel et poivre noir fraîchement moulu

LA MARINADE

Le jus de 1 citron vert
1 zeste de citron vert finement haché
30 cl de yaourt
4 gousses d'ail épluchées et hachées
1 c. à c. de coriandre en poudre
1 c. à c. de curcuma en poudre
1 c. à c. de cumin en poudre
1 c. à c. de paprika en poudre
1 c. à c. de sucre en poudre
2 bonnes pincées de piment de Cayenne
1 oignon épluché et finement émincé

Salez et poivrez les morceaux de pigeon. Réservez. Dans un saladier, rassemblez tous les ingrédients de la marinade. Mélangez bien. Placez les morceaux de viande dans un plat peu profond et versez la marinade dessus. Recouvrez de film alimentaire et mettez au réfrigérateur pendant 12 heures environ. Trente minutes avant le repas, égouttez les suprêmes et les cuisses de pigeonneau et disposez-les sur une grille. Placez la grille sur une plaque. Préchauffez le four à 200 QC (thermostat 7-8).

Enfournez la viande et laissez cuire de 15 à 20 minutes, en la nappant de la marinade restante à mi-cuisson. Servez très chaud. Décorez avec de la coriandre. Accompagnez ce plat de riz et de brocolis cuits.