

Brochettes de cailles façon yakitori

- 4 cailles
- 8 petits oignons frais violets
- 8 asperges vertes (fraîches ou surgelées)
- 16 petits poivrons verts
- 1 c. à café rase de gingembre frais haché
- 1 c. à soupe à soupe de miel
- 3 pincées de piment d'Espelette
- 3 c. à soupe de sauce soja japonaise
- 1 c. à soupe de condiment sushi (Françoise Fleuriet)
ou de vinaigre de cidre
- Sel fin, poivre fraîchement moulu et huile d'olive

Levez les filets de caille et les cuisses. Prenez-soin de retirer l'os qui se trouve dans la cuisse des cailles. Dans un grand plat, mélangez la sauce soja, le condiment sushi ou le vinaigre, le miel, le gingembre, le piment d'Espelette, du sel du poivre. Réservez au frais deux bonnes heures.

Taillez les oignons frais et les asperges en tronçons de 5 cm environ.
Confectionnez des brochettes en glissant sur chaque bâtonnet de bois 2 tronçons d'asperges, 2 tronçons d'oignons, 2 petits poivrons, une cuisse et un filet de caille en les répartissant harmonieusement.

Dans une grande poêle, avec le filet d'huile d'olive, faites colorer les brochettes de cailles (côté peau des filets) jusqu'à ce qu'elles commencent à caraméliser. Retournez-les et versez un peu de marinade. Laissez cuire encore quelques instants et servez ces brochettes avec du riz vapeur et une salade de chou blanc par exemple.

* Vous pouvez congeler les carcasses de caille pour préparer un jus de volaille ultérieurement.

