

# Sauté de biche aux poires

## Ingrédients pour 4 personnes :

0,8 kg de sauté de biche sans os  
4 poires conférences  
1 oignon - 1 carotte - 1 échalote  
3 gousses d'ail - laurier  
2 litres de bon vin rouge  
2 cl d'alcool de poire  
30 g de farine  
1 bouquet garni

## Préparation :

La veille, dans un grand saladier, mettre la biche à mariner avec le vin rouge, la carotte et l'oignon coupé, l'ail, le laurier, le bouquet garni, ainsi que les poires épluchées et coupées en quatre.

Le lendemain, égoutter le tout – trier la viande et la faire colorer dans l'huile (3 à 4 minutes).

Verser la farine, bien remuer et laisser cuire 5mn, puis flamber à l'alcool de poire – ajouter ensuite la moitié du vin rouge et la garniture, sel et poivre. Laisser cuire à feu très doux sans couvercle pendant 1h30.

Pendant ce temps, mettre les poires dans une casserole, les recouvrir avec la marinade restante et les faire cuire sans couvercle, jusqu'à ce qu'on puisse enfoncer une pointe de couteau à cœur. Lorsqu'elles sont cuites, les égoutter et rajouter la cuisson sur la biche.

Lorsque la biche est cuite, retirer la viande et passer la sauce à la passoire (vérifier l'assaisonnement). Remettre alors la biche et les poires dans la sauce et tenir au chaud.

Le truc : pour les fêtes, ce plat peut se préparer à l'avance et vous permet de passer la soirée avec vos invités plutôt qu'en cuisine.

**Coût** : 4 € par personne

**Vin conseillé** : un Sancerre rouge (d'un millésime un peu ancien)

*Source : Toques Nivernaises  
Président 03.86.84.20.55 ou Animation 03.86.60.61.42  
Page extraite du site [www.nievre-tourisme.com](http://www.nievre-tourisme.com)*

