

Guide de Cuisson : Gésiers de Volaille à la Poêle

Ingrédients nécessaires

- 500g de gésiers de volaille (frais ou confits)
- 2 gousses d'ail hachées
- 1 échalote ciselée
- 2 cuillères à soupe de persil plat frais
- 1 cuillère à soupe de graisse de canard ou d'huile d'olive
- Sel et poivre du moulin

Étapes de préparation

- Nettoyez les gésiers frais en retirant les membranes et le gras excédentaire.
- Coupez les gésiers en lamelles régulières pour assurer une cuisson uniforme.
- Faites chauffer la graisse dans une poêle à feu moyen-vif.
- Ajoutez les gésiers et faites-les dorer en remuant régulièrement.
- Ajoutez l'échalote et l'ail 3 minutes avant la fin de la cuisson.
- Saupoudrez de persil frais, salez et poivrez juste avant de servir.

Temps de cuisson recommandés

- Gésiers confits : 5 à 8 minutes (le temps de les réchauffer et de les faire dorer).
- Gésiers frais : 15 à 20 minutes (pour obtenir une texture tendre et fondante).
- Test de cuisson : La chair doit être souple sous la lame d'un couteau.

Conseils de chef pour réussir

- Ne surchargez pas la poêle : si nécessaire, cuisez en deux fois pour éviter que les gésiers ne rendent trop d'eau.
- Pour des gésiers frais extra-tendres, pré-cuisez-les 30 minutes dans un bouillon frémissant avant de les passer à la poêle.
- Servez chaud sur un lit de salade verte, avec des croûtons ou des pommes de terre sautées à l'ail.