



anou <http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Chou farci .



Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 échalote
- 1 oignon
- 120 g de blanc de dinde
- 2 gousses d'ail
- 220 g de chair à saucisse
- 230 g de champignons de Paris
- 8 fines tranches de lard fumé
- 8 grandes feuilles de chou vert
- Beurre, huile
- Persil, thym, sel, poivre

- Mixer les champignons et l'échalote pelée, réserver
- Mixer la chair à saucisse, le blanc de dinde, l'oignon et l'ail, le persil, le thym, réserver
- Mélanger les 2 mixtures et faire revenir dans une poêle légèrement beurrée, réserver
- Dans une grande casserole remplie d'eau bouillante, faire blanchir les feuilles de chou 2-3 minutes
- Égoutter et passer immédiatement sous l'eau froide pour arrêter la cuisson et raffermir les feuilles
- Éponger les feuilles de chou, réserver. Former des boulettes des éléments mixés les en pressant bien
- Sur une feuille de chou, disposer au centre la boulette, recouvrir d'une autre feuille de chou
- Bien enrubanner la boulette en repliant la feuille inférieure dans la feuille supérieure
- Enrouler chaque paquet de 2 bandelettes de lard fumé de 3 mm d'épaisseur
- Maintenir cette boule de chou lardée grâce à une ficelle tout autour
- Dans une sauteuse légèrement beurrée et huilée faire revenir les choux pendant 15 minutes
- Au bout de 7-8 minutes retourner les choux pour uniformiser la cuisson
- Servir avec des légumes vapeur

Conseil : Pour 4 personnes les parts sont copieuses, faire cette recette pour 6 personnes en rajoutant uniquement 2 feuilles de chou pour 2 boules farcies supplémentaires, ou diminuer la chair à saucisse

