

Chou farci



Ingrédients pour 8 personnes :

- 300 g de petit salé
- 300 g de poitrine demi-sel
- 300 g de flanchet de veau (ou de macreuse de bœuf)
- 1 morceau de barde
- 3 œufs
- 1 gros chou vert de 1.2 kg à 1.4 kg
- 3 oignons
- 1 bouquet de persil
- 1 branche de thym
- 2 feuilles de laurier
- 1 bouquet garni
- 2 gousses d'ail
- Gros sel
- Poivre en grain
- Bicarbonate (digestion et anti flatulences)
- 1 bouillon de commerce (ou des os de veau ou de bœuf)
- sel fin et poivre du moulin

*Dans une marmite (3L d'eau), mettez le bouillon du commerce (ou les os), le bouquet garni, le petit salé, la poitrine et le veau (ou bœuf), la branche de thym, les 2 feuilles de laurier et le poivre en grain. Portez à ébullition et laissez bouilloter **1h***

*Pendant ce temps, faites blanchir le chou (après l'avoir bien lavé) dans un faitout d'eau bouillante avec le gros sel pendant **7mn** (ne pas oublier les pincées de bicarbonates anti flatulences)*

Egouttez et rincer le chou à l'eau froide

Epluchez les oignons, hachez les viandes (toutes), les oignons, le persil et l'ail. Ajoutez les œufs entiers, mélangez, rectifiez l'assaisonnement

Tapissez le fond d'une cocotte avec la barde, étalez une couche de chou, puis du hachis, renouvelez plusieurs fois l'opération et terminez par une couche de choux. Arrosez le tout avec 3 louches du bouillon de cuisson des viandes.

*Faites cuire sur feu doux, cocotte ouverte pendant **1h30**, le chou doit dorer. Servez dans la cocotte ou démoulez dans un plat creux.*

Ce plat peut se servir avec un coulis de tomate