

Choux farcis

Pour 4 - 5 personnes

- 1 gros chou frisé
- 2 cuillères à soupe de vinaigre
- 200 g de porc haché
- 200g de bœuf haché
- 200g de veau haché
- 3 oignons
- 1 gousse d'ail
- 1 bouquet de persil, 1 carotte, 1 verre de vin blanc, 100g de riz cuit, sel et poivre du moulin, et un peu d'huile.



■ *Un plat traditionnel et facile à réaliser.*

Servir : A déguster sans attendre, avec un verre de Corbière.

Variation

Choisissez des viandes pas trop maigres pour que le plat ne soit pas trop sec.

■ Effeuillez le chou en supprimant les 3 ou 4 premières feuilles dures. Rincez le chou à l'eau vinaigrée. Épluchez et hachez les oignons et l'ail. Épluchez et coupez la carotte en petits cubes.

■ Portez à ébullition de l'eau salée dans un large faitout. Plongez y les feuilles de chou, et laissez le cuire pendant 10 min. Egouttez le chou, et mettez de côté les 10 plus grandes feuilles, et émincez le reste au couteau.

■ Préchauffez le four à 180°.

■ Dans une poêle, faites revenir l'oignon et la carotte dans un peu d'huile, jusqu'à ce qu'ils soient cuits. Ajoutez la viande, le vin, le chou haché, et l'ail. Laissez revenir quelques instants. Sortez du feu et mélangez avec le riz. Hachez le persil et ajoutez le. Salez et poivrez.

■ Huilez légèrement le fond d'un plat allant au four. Remplissez chaque feuille de chou réservée avec de la farce, repliez la feuille, et disposez les dans le plat, avec la jointure en dessous.

■ Enfourez pour 20 minutes.

Conseils

Ajoutez un peu de mélange 4 épices.