

Les recettes du



Le chou rave

Encore un légume racine d'hiver avant les 1ères feuilles printanières.

Chou rave à l'ancienne

Ingrédients

1kg de chou rave
74gr dés de lard fumé
1 poireau en rondelles
1dl1/2 bouillon de légumes
Sel, poivre, muscade
2 c.à s. fines herbes hachées (persil, livèche, aneth p.ex.)

Parer et éplucher les choux raves. Les couper en morceaux d'égale épaisseur.
Rôtir le lard, ajouter le poireau, faire revenir, ajouter les morceaux de chou rave,
remuer, ajouter le bouillon, assaisonner.
Couvrir et cuire à petit feu env. 15-20min.
Ajouter le hachis de fines herbes, mélanger et laisser reposer un moment feu éteint.
Si vous utilisez des herbes séchées, les incorporer en même temps que le bouillon.

Pour changer des recettes habituelles de chou, pourquoi pas une :

Tarte au chou blanc

Ingrédients :

250 gr pâte brisée
1 petit chou blanc
150gr lard fumé
1dl crème
2 oeufs
1c.c. cumin
Sel, poivre

Couper le chou en 4, et faites-le blanchir à l'eau durant 10 min.
Laissez refroidir et coupez finement les quarts de chou.
Foncez la plaque à gâteau, piquez-la.
Mélangez la crème, les œufs et incorporez-les au chou.
Coupez le lard en petits dés et rissolez-les ; lorsqu'ils ont pris couleur, ajoutez les à la masse ;
Ajoutez poivre et cumin, rectifiez l'assaisonnement.
Etendez la masse sur la pâte et enfournez à four chaud env.230' durant 20-30min.
Les choux doivent être dorés à la surface.