

CHOUX FARCIS

Il vous faut : 1 chou blanc (pour 6 personnes)
Pour la farce : 300 g de bœuf haché
300 g de chair à saucisse
1 verre de riz
1 oignon - 1 carotte
2 à 3 gousses d'ail
Persil - Sel - Poivre
Huile de tournesol
Pour la sauce : 1 boîte de sauce tomate
1 gros pot de crème fraîche
1 bouillon en cube



Préparation :

Faire bouillir une grande casserole d'eau légèrement salée. Y plonger le chou et détacher au fur et à mesure les feuilles entières ramollies (replonger, et recommencer l'opération jusqu'à ce que l'on obtienne suffisamment de feuilles de chou entières).

Préparer la farce : faire rissoler dans un peu d'huile l'oignon et la carotte râpée. Faire cuire le riz à part. Dans un saladier, mélanger l'oignon, la carotte, le riz, la viande, l'ail coupé fin, le persil, sel, poivre. Placer une feuille de chou sur le plan de travail, y déposer un rouleau de farce, fermer délicatement. Faire chauffer un peu d'huile dans une cocotte, déposer les rouleaux de chou pour les faire dorer. Réserver.

Pour la sauce, faire fondre un bouillon cube dans un demi-litre d'eau, ajouter sauce tomate et crème fraîche, sel, poivre et persil de telle sorte que l'on obtienne suffisamment de sauce pour recouvrir les petits farcis. Une fois les farcis recouverts, laisser cuire à feu doux 30 à 40 minutes sous couvercle.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !!

Mes notes personnelles :

