binôme gourmand

ROULEAUX DE CHOU FARCIS

Ingrédients :
* 8 à 10 feuilles de chou vert frisé
* 350 g de viande moitié veau moitié boeuf ou porc/boeuf
* 60 g de riz
* 1 oignon
* 100 g de fromage de chèvre frais ou de la ricotta
* 100 g de lardons
* 1 petite boîte de champignons de Paris
* 75 cl de bouillon de poule (eau + 1 cube et demi de bouillon de poule)
* sauceline
* 2 cuillères à soupe de crème fraîche
* sel, poivre, coriandre, ciboulette hachée fraîche ou séchée, persillade, huile.

Lavez les feuilles de chou et égouttez-les. Faites bouillir de l'eau salée et plongez les feuilles de chou pendant 4 mn. Egouttez les feuilles et réservez.
Faites cuire le riz. Réservez.
Epluchez et émincez l'oignon. Faites chauffer un peu d'huile dans une poêle et faites cuire l'oignon émincé quelques minutes. Réservez.
Faites revenir les lardons pendant quelques minutes. Réservez.
Mettez la viande dans une jatte, ajoutez le riz, le fromage de chèvre frais ou la ricotta, la coriandre et l'oignon cuit. Malaxez. Salez et poivrez à votre convenance.

Placez une feuille de chou sur votre plan de travail, épongez au besoin avec du papier absorbant. Placez de la farce sur la largeur de la feuille de chou, sur sa base (image 1 sur la photo ci-dessus), rabattre les deux côtés (image 2) puis roulez comme un nem (3 et 4). Attachez en trois endroits avec une ficelle alimentaire (5).

Garnissez toutes les feuilles de chou de la même façon. Placez les rouleaux ainsi faits dans une cocotte puis puis couvrez avec le bouillon de poule chaud et laissez cuire à feu doux pendant 45 mn environ. Si vous avez trop d'évaporation pendant la cuisson, ajoutez un peu d'eau.
Lorsque la cuisson est terminée, enlevez délicatement les rouleaux de chou et posez-les sur un plat. Otez la ficelle. Filtrez le bouillon.
Ajoutez de la sauceline ou de la maïzena préalablement dissoute dans un peu d'eau froide et faites épaissir le bouillon sur feu doux. Incorporez ensuite la crème fraîche et mélangez pour obtenir une sauce homogène.
Ajoutez alors les lardons, les champignons, la ciboulette. Rectifiez l'assaisonnement si besoin.

http://gourmandinome2.canalblog.com