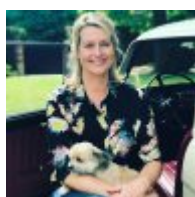


# CHOU FARCI À L'Auvergnate



Par

**Luana Belmondo**

Dans

**Ep.34 - Luana et Didier  
Desert cuisinent  
auvergnat**





## INGRÉDIENTS :

- 1 beau et gros chou vert frisé
- 50 g d'ail
- 750 g de chair à saucisse
- 100 g de jambon d'Auvergne
- 6 œufs
- 100 g de persil
- 50 g de barde
- sel, poivre

## RECETTE :

1. Taillez le jambon en petits dés et mélangez-le avec la chair à saucisse, travaillez pendant 10 min. Incorporez les œufs un à un, le persil haché, l'ail écrasé au presse-ail et poivrez généreusement.
2. Faites blanchir les feuilles de chou dans une marmite d'eau bouillante et rafraîchissez-les dans de l'eau froide.
3. Montez le chou farci dans un sautoir préalablement chemisé de barde. Intercalez des feuilles de chou et la farce.
4. Enfournez 3-4 h au four préchauffé à 180°C.

## PRÉPARATION :

-  30 minutes
-  240 minutes
-  4 personnes
-  Facile