



chou en ballotine

Ingrédients :

(pour 4 personnes)

1 chou vert

600 g de viande hachée
(mélange bœuf/porc)

100 g de mie de pain
trempée dans du lait

2 œufs

1 gousse d'ail

quelques noisettes de beurre

sel, poivre

- Détaillez la mie de pain en morceaux et faites-la tremper dans du lait avant de l'écraser à la fourchette.
- Séparez les feuilles de chou et blanchissez-les 2 mn dans de l'eau bouillante, avant de les rincer à l'eau froide et de les égoutter. Ôtez les grosses côtes.
- Mélangez les viandes hachées, l'ail haché, les œufs et la mie de pain, puis salez et poivrez.
- Tapissez un moule d'une feuille de papier aluminium beurrée.
- Placez les feuilles de chou dans le fond du plat (vous pouvez en mettre deux épaisseurs) et garnissez de hachis. Remettez une couche de chou, puis de hachis, et ainsi de suite. Terminez par deux ou trois épaisseurs de chou couvrant bien toute la viande.
- Déposez quelques noisettes de beurre sur le dessus.
- Refermez hermétiquement la ballotine en serrant bien l'alu, quitte à en remettre un peu dessus.
- Faites cuire 40 mn à 160/170° (thermostat 6-7).
- Laissez reposer 10 mn avant d'ouvrir et de découper en tranches.