



LES JARDINS DU GIESSEN



CHOU ROUGE

CHOU ROUGE CONFIT

Préparation : 15 à 20 mn Cuisson : 1h30

Ingrédients (pour 5 à 6 personnes) :

- 1 chou moyen
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 4 belles pommes
- thym, laurier, sel et poivre
- graisse d'oie ou autre

Dans une cocotte (en fonte de préférence), faire fondre doucement la graisse d'oie, y faire revenir l'oignon émincé, mettre le chou coupé finement les autres ingrédients dont les pommes pelées et coupées. Mettre le couvercle et faire confire doucement en remuant de temps en temps.

Oubliez la cocotte sur le coin du feu à basse température tout doucement, c'est un régal (2 h de cuisson, c'est encore mieux).

Accompagnez ce chou fondant de côtes de porcs, frottées d'ail et de thym, poivrées et passées dans l'œuf battu puis la chapelure.

Les griller doucement dans un peu d'huile d'un côté puis les retourner, mettre un couvercle et laisser cuire 1/2 heure à feu doux (là aussi, elles seront fondantes).

En fait c'est une préparation qui demande une présence, mais pas contraignant.

On peut également ajouter des châtaignes et supprimer l'ail.

CHOU ROUGE AUX FIGUES

Préparation : 15 mn la veille + 15 mn le lendemain

Ingrédients :

- 1 chou rouge
- 8 figues séchées
- 2 oignons
- ½ tubercule de gingembre
- 2 cuillères à soupe de sucre semoule
- 3 cuillères à soupe de vinaigre de vin
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 25 cl de vin rouge
- 10 cl de porto
- sel fin, gros sel,
- cocotte pouvant aller au four

Retirer les feuilles extérieures d'un chou rouge, le couper en 4, éliminer le trognon, puis l'émincer finement, le laver et l'essorer. Mettre le chou émincé dans un récipient, le saupoudrer de 2 petites cuillères à soupe de sucre semoule, d'1 bonne pincée de sel fin, ajouter 3 cuillères à soupe de vinaigre de vin, et bien mélanger. Recouvrir d'un film alimentaire et laisser mariner 12h00 au réfrigérateur.

Préchauffer le four à 150°C.

Peler et émincer 2 oignons. Couper 8 figues séchées en morceaux. Peler ½ tubercule de gingembre.

Chauffer 3 cuillères à soupe d'huile d'olive dans une grande cocotte, ajouter et faire suer les oignons émincés tout en remuant bien avec une spatule en bois. Ajouter ensuite le chou rouge et sa marinade, 1 pincée de gros sel, bien mélanger, le laisser suer, mouiller ensuite avec 25 cl de vin rouge et 10 cl de porto, ajouter les morceaux de figues et le morceau de gingembre. Porter à ébullition, couvrir, glisser la cocotte dans le four et compter 1h30 de cuisson à 150°C.

La cuisson terminée, dresser le chou rouge aux figues sur un plat de service, le servir et déguster sans attendre avec du gibier (colvert, faisan, chevreuil) ou un rôti de porc par exemple.



LES JARDINS DU GIESSEN



CHOU ROUGE

GRATIN DE CHOU ROUGE

Ingrédients :

- 1 petit chou rouge
- 4 tranches de lard fumé
- 2 grosses pommes de terre
- 1 petit oignon
- 1 gousse d'ail
- 4 œufs
- 50 cl de crème fraîche
- 1 cuillère à soupe de farine
- gruyère râpé

Couper le chou en fines lamelles et le faire cuire à l'eau.

Cuire les pommes de terre.

Couper l'oignon et l'ail très fin, les faire dorer à la poêle dans du beurre.

Couper les tranches de lard en fines lamelles, les faire revenir avec l'oignon et l'ail.

Dans un plat à gratin, déposer 4 noisettes de beurre, puis le chou cuit ainsi que les pommes de terre.

Ajouter les lardons avec leur jus.

Dans un bol, battre 2 œufs avec une cuillère à soupe de farine et 50 cl de crème fluide.

Verser cette préparation dans le plat à gratin.

Sur le dessus, casser 2 œufs et parsemer de gruyère râpé.

Passer au four (200°C) pendant 30 mn.

On peut faire le plat sans casser les œufs dessus, c'est également délicieux.

Ressemble à du hachis Parmentier, lorsqu'on remplace les lardons par de la viande hachée.

Bonne variante, qui permet d'utiliser le chou moitié en gratin, moitié cru, lorsqu'il est gros.

CHOU ROUGE AUX POMMES

Recette issue de l'agenda 2011 des Jardins de Cocagne

Pour 4 à 6 personnes - préparation 20 minutes - cuisson 1h30

Ingrédients :

- 1 chou rouge,
- 4 pommes,
- 2 échalotes,
- 1 oignon,
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olives,
- 1 cuillère à soupe de vinaigre,
- 2 c. à café de sucre en poudre,
- 3 verres d'eau.

1. Pelez et émincez les échalotes et l'oignon. Versez l'huile d'olive dans une cocotte, et faites fondre les échalotes et l'oignon à feu doux pendant 15 minutes.

2. Pendant ce temps, coupez le chou en quatre. Otez le trognon, puis détaillez le chou en fines lanières.

3. Ajoutez le chou dans la cocotte et faites-le revenir pendant 5 minutes à feu moyen. Versez le vinaigre, l'eau, puis laissez cuire à feu doux et à couvert pendant 1 heure. Veillez à ce que le chou n'attache pas. Si besoin, rajoutez de l'eau.

4. Pelez les pommes et coupez-les en dés. Mettez-les dans la cocotte, ainsi que le sucre, et poursuivez la cuisson pendant 30 minutes.



LES
JARDINS
DU
GIESSEN



CHOU ROUGE



SALADE DE CHOU ROUGE AU THON ET OLIVES

Recette transmise par Madame Martine GOETZ

Ingrédients :

- 1/2 chou rouge
- 1 petite boîte de thon
- des olives noires
- du vinaigre de noix
- huile d'olive

Émincer le chou en fines lamelles, rajouter les olives, le thon émietté, le vinaigre et l'huile, sel, poivre.

Laisser reposer un peu avant de servir bien frais !



CHOU ROUGE AUX CHÂTAIGNES

Ingrédients :

- 1 chou rouge
- 1 boîte de châtaignes
- 1 tranche de lard
- 2 oignons
- 1 verre de vin rouge
- huile, sel et poivre

Faire revenir les oignons et le lard avec un peu d'huile dans une cocotte. Ajouter le chou rouge émincé et les châtaignes. Saler et poivrer. Ajouter le vin rouge. Couvrir et laisser mijoter 2 à 3 heures à feu doux.

Rajouter du vin en cours de cuisson si cela est nécessaire. Il faut que le tout soit bien cuit et bien mélangé.



Recette



LES
JARDINS
DU
GIESSEN



CHOU ROUGE



Recette



Recette