

## Chou farci aux pruneaux



Accompagnement **Facile**

**Pour** : 2 personnes

**Préparation** : 20 mn

**Cuisson** : 30 mn

*Votre chou n'est pas gras, pas sec et délicieux! J'ai opté pour une sauce tomate en récupérant le bouillon du chou.*

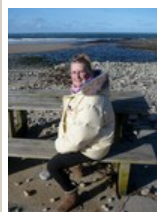
### Ingrédients

- 500 g de farce
- 1 chou - de grande taille
- quelques de pruneaux - dénoyautés
- pain - trempé dans de l'eau, puis essoré
- 2 œufs
- armagnac

### Préparation

- 1 Lavez le chou en le laissant entier.
- 2 Mettez-le dans une cocotte remplie d'eau salée pour 10 minutes de cuisson. Les feuilles se ramollissent. Égouttez-le.
- 3 Dans le panier de votre autocuiseur, placez du papier aluminium en croix pour pouvoir envelopper votre chou. Il faut qu'il dépasse sur les côtés. Déposez le chou, puis en le laissant entier, ouvrez doucement les feuilles tout autour pour n'avoir qu'une boule au milieu, que vous coupez.
- 4 Dans un saladier, mélangez la farce, le pain, les œufs, un peu d'armagnac et les pruneaux en coupés petits morceaux. Ajoutez la boule de chou coupée en tous petits morceaux et mélangez.
- 5 Rebouchez le trou du chou avec la préparation, puis rabattez les feuilles, une par une avec de la farce à chaque feuille. Ensuite, fermez avec le papier aluminium et remettez le chou avec le panier dans la cocotte et son bouillon. Faites cuire 20 minutes.
- 6 A la fin de la cuisson, enlevez le papier et présentez votre chou coupé en tranches avec une sauce à votre convenance ou nature.

Proposé par



**Titanique**

Bonjour, une envie de cuisiner ?

Retrouvez toutes mes recettes sur [mon blog](#) !

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

