

Chou rouge à la lilloise



Plat **Facile**

Pour : 2 personnes

Préparation : 20 mn

Cuisson : 30 mn

Pour donner de la couleur à vos plats d'hiver mais aussi pour changer du chou traditionnel, optez pour le chou rouge. Goûteux et bon pour la santé, il n'a que des avantages. Pour lutter contre les cancers et contre les graisses, il n'y a pas mieux. Pour les plus gourmand(e)s, vous pouvez le cuisiner à l'ancienne, avec de la saucisse ou encore en compotée. Mais le chou rouge, c'est aussi délicieux en salade, plus simplement. Moi, j'ai fait mon choix, je le cuisine à la lilloise avec de la saucisse.

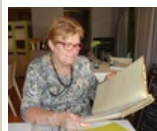
Ingrédients

- 1 chou rouge
- 3 oignons émincés finement
- 1 gousse d'ail
- 1 grosse cuillère de vergeoise ou cassonade
- 0,5 verre de vinaigre de vin rouge
- sel et poivre du moulin
- 2 saucisses de montbéliard
- des pommes de terre

Préparation

- 1 Emincer finement le chou rouge.
- 2 Faire suer les oignons coupés finement et sucrer à la vergeoise ou à la cassonade. Laisser cuire jusqu'à l'obtention d'un début de caramel.
- 3 Mouiller avec le vinaigre de vin rouge et un peu d'eau.
- 4 Ajouter le chou rouge. Saler et poivrer. Bien mélanger le tout.
- 5 Déposer les saucisses Montbéliard sur le chou rouge.
- 6 Faire cuire 30 minutes à la cocotte minute. Pendant la cuisson, faire cuire quelques pommes de terre en robe des champs.
- 7 Servir le chou et la saucisse accompagnés des pommes de terre. Parsemer le tout de persil haché.
- 8 Quelques conseils : La saucisse Montbéliard est fabriquée à partir de viande de porc, embossée et fumée dans un fumoir au bois de résineux. Elle est finement épicée : c'est l'association de poivre et de carvi qui lui donne ce goût si particulier. L'acide, l'amer et le sucré se mélangent de façon équilibrée. C'est le vinaigre qui permet au chou rouge de passer du violet au rouge foncé.

Proposé par



La Guillaumette

La Guillaumette, c'est moi! une lorraine devenue charentaise à l'heure de la retraite. Une de mes passions est de mijoter de bons petits plats. Mais j'en ai bien d'autres. Venez à ma rencontre en visitant mon blog "**LA GUILLAUMETTE**". Ainsi, nous ferons connaissance.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

