

Chou rouge au vin blanc et son boudin noir



Plat **Facile**

Pour : 6 personnes

Préparation : 20 mn

Cuisson : 2 h

On a tendance à dire que les choux de couleur sont plus riches en vitamines. Il faut admettre que le chou rouge contient beaucoup de fibres, de vitamine C, de calcium et de potassium. Plat de saison, aujourd'hui je cuisine le chou rouge au vin blanc et son boudin noir.

Ingrédients

- 1 chou rouge
- 1 cs de graisse de canard
- 3 tranches de lard - frais
- 3 boudins - noirs
- 3 pommes - fruits
- 1 oignon
- 1 verre de vin - blanc
- 1 verre de bouillon de volaille
- 1 bouquet garni
- sel
- poivre

Préparation

- 1 Coupez votre chou en quartier. Lavez-le et coupez-le en fines lanières. Pelez, lavez et émincez l'oignon. Coupez vos tranches de lard en deux.
- 2 Dans une grande cocotte, faites revenir oignon et lard dans la graisse de canard. Ajoutez-y le chou rouge. Salez et poivrez. Ajoutez le vin blanc et le bouillon. Remuez délicatement. Couvrez et laissez cuire 1 heure (+ ou - selon le chou).
- 3 Au bout d'une heure de cuisson. Pelez, lavez et coupez les pommes fruits en lamelles. Ajoutez-les à votre chou. Poursuivez la cuisson. le chou doit être tendre. Pour ma part, il m'a fallu encore 1 heure de cuisson!
- 4 Pendant ce temps, faites revenir sur feu doux votre boudin. À la maison nous l'aimons bien grillé !
- 5 Servez votre chou rouge au vin blanc accompagné de boudin grillé et d'une purée de pommes de terre. Bon appétit !

Proposé par



lesbonsrestaurants

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog "**LES BONS RESTAURANTS**"

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

