



CHOUX DE BRUXELLES SAUTÉS AU LARD

INGRÉDIENTS

- 500g de choux de Bruxelles
- 150g de lard fumé
- Beurre
- Sel
- Muscade
- 2 échalotes
- 1 pincée de bicarbonate de soude

TEMPS DE PRÉPARATION : 15MN
TEMPS DE CUISSON : 30MN
TEMPS TOTAL : 45MN

PRÉPARATION

Nettoyer les choux de Bruxelles et les laver à grande eau.

Les plonger dans une casserole contenant de l'eau bouillante salée et additionnée de bicarbonate de soude alimentaire.

Faire cuire 15 à 20 minutes. Les rafraîchir à l'eau froide. Les égoutter.

Faire fondre du beurre dans une casserole et y placer le lard taillé en lardons.

Faire rissoler.

Ajouter les échalotes hachées et, après légère coloration, ajouter les choux et les faire sauter.

Saupoudrer de muscade, avant de les servir en accompagnement d'une viande de porc ou des saucisses grillées.