

PAIN DE CHOU AU BŒUF

INGRÉDIENTS

- 1 chou vert lisse
- 400g de steak haché
- 1 gros oignon
- 10g de beurre
- 3 œufs
- 100g de crème fraiche
- 1 petit bouquet de persil
- poivre

TEMPS DE PRÉPARATION : 15MN TEMPS DE CUISSON : 1H10MN TEMPS TOTAL : 1H25MN

PRÉPARATION

Retirer les plus grosses feuilles du chou. Les diviser en quatre.

Les plonger dans l'eau bouillante et salée

Les porter à ébullition pendant 10mn, puis l'égoutter. Les passer sous l'eau froide.

Les émincer très finement et les mélanger, dans un saladier, avec le steak haché, l'oignon haché préalablement étuvé dans le beurre, les œufs battus, la crème fraiche, le persil haché, le sel et le poivre.

Mélanger tous ces ingrédients à la fourchette et les verser dans un moule à cake ou une terrine beurrée.

Installer le moule dans un bain- marie et enfourner pendant 1 h. (th. 6)

Démouler ce pain et servir chaud.