

Saucisse au foie à tartiner en bocal

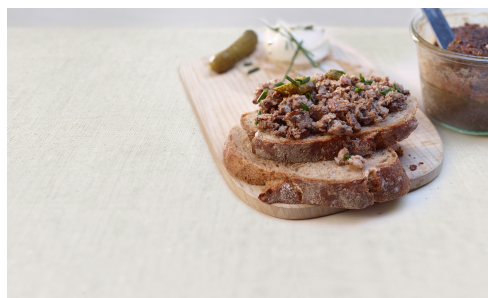


La différence est là.

 Durée totale: 2 h 15 min

 Temps actif: 45 min

 Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

500 g	foie de bœuf suisse
500 g	cou de porc suisse
250 g	lard à cuire de porc suisse
3	oignons
2	gousses d'ail
1 cs	beurre
	sel
	poivre du moulin
1 pointe de couteau	piment en poudre
1 pointe de couteau	cumin entier
1 pointe de couteau	marjolaine séchée
1 cs	moutarde à l'ancienne
1 cs	huile de colza

Valeurs nutritives

1 portion (par bocal, sans pain bis grillé et salade au raifort) contient env.:

690	kcal
61 g	de protéines
9 g	de glucides
44 g	de lipides

 Sans gluten

 sans lactose

Conseil

Ton boucher se chargera volontiers de hacher la viande à la grosseur qui correspond à ta recette.

Préparation

- 1** Couper le foie, la viande et le lard en petits morceaux. Passer deux fois au hachoir à viande avec le disque moyen ou mixer grossièrement à l'aide d'un robot ménager.
- 2** Peler les oignons et l'ail, les couper en petits dés et les faire revenir dans une petite poêle beurrée sans faire colorer. Incorporer à la préparation à base de viande et assaisonner généreusement avec du sel, du poivre, le piment, le cumin et la marjolaine. Incorporer la moutarde et mélanger.

- 3 Mettre les bocaux propres dans un plat à gratin (pour le four) ou une grande casserole (pour la cuisinière). Remplir d'eau chaude à hauteur des trois quarts environs des bocaux (vides). Chauffer l'eau à 90° C (contrôler avec un thermomètre).
 - 4 Badigeonner d'huile les bocaux chauds. Verser la préparation à l'intérieur à l'aide d'une cuillère et bien presser de manière à ne laisser aucune bulle d'air. Veiller à ce que le bord des bocaux soit propre.
 - 5 Faire cuire le contenu des bocaux fermés au bain-marie à 90° C pendant env. 1,5 heure.
 - 6 Sortir les bocaux de l'eau, immédiatement les fermer hermétiquement au moyen d'un joint ou d'un couvercle. Laisser refroidir.
 - 7 Les bocaux se conservent quelques mois au réfrigérateur.
- La saucisse au foie est particulièrement savoureuse sur du pain bis grillé avec des cornichons coupés en petits morceaux et de la ciboulette. Accompagner d'une salade au raifort.