

Boudin et saucisses au foie avec choux, oignons rissolés et purée



Mon choix.



Durée totale: 4 h 50 min



Temps actif: 50 min



Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

- 4 boudins de porc suisse
- 4 saucisses au foie de porc suisse
- 800 g chou rouge
- sel
- 2 pommes acidulées
- 1 bâton de vanille
- 4 cs vinaigre de vin blanc
- 1 cs miel liquide
- 1 étoile d'anis
- 4 cs huile de colza
- poivre du moulin
- 4 oignons
- 100 g beurre
- 800 g pommes de terre farineuses
- noix de muscade, fraîchement râpée
- 1.5 dl lait

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

- 954 kcal
- 34 g de protéines
- 57 g de glucides
- 62 g de lipides



Sans gluten



Contient du lactose

Conseil

Tu peux très bien préparer la salade de chou le jour avant.

Préparation



Parer le chou rouge et le couper en quartiers. Retirer le trognon et râper ou couper le chou en fines lanières. Ajouter un peu de sel et malaxer vigoureusement à la main pendant 10 minutes. Couper les pommes en quartiers, les épépiner, couper en petits dés et incorporer au chou.

- 2 Couper le bâton de vanille dans le sens de la longueur et le gratter pour en extraire la pulpe. Dans une petite poêle, faire chauffer le vinaigre et y dissoudre le miel. Ajouter la vanille et l'étoile d'anis, bien mélanger et laisser reposer 10 minutes. Ajouter l'huile, mélanger vigoureusement et verser le tout sur le chou rouge. Poivrer, bien mélanger, couvrir et laisser reposer au moins 3-4 heures.
- 3 Peler les oignons et les couper en rondelles. Dans une poêle, faire chauffer la moitié du beurre et y faire dorer les oignons pendant 12-15 minutes en remuant de temps en temps. Peler les pommes de terre et les faire cuire à l'eau salée. Égoutter et les laisser quelques instants dans une casserole chaude de manière à ce que l'eau résiduelle s'évapore. Assaisonner avec du sel et de la muscade, verser du lait chaud et le reste de beurre, puis mélanger lentement au fouet jusqu'à obtention d'une préparation onctueuse.
- 4 Laisser reposer les boudins et saucisses au foie dans de l'eau bien chaude mais non bouillante pendant env. 20 minutes. Servir avec la salade, la purée de pommes de terre et les oignons.