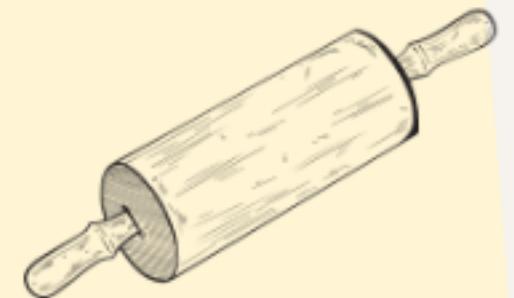


petits choux farcis parfumés au cidre

Pour 2 personnes

- 2 petits choux farcis congelés
- Un petit 1/2 chou vert frisé
- 1 gros navet
- 1 ou 2 carottes (jaunes pour moi)
- 1 grosse échalote
- 4 Tranche de Coppa Corse
- 25 cl de cidre Brut
- Beurre doux
- Huile d'olive
- Fleur de sel - Poivre au moulin



Etapes

- Laver le chou et le couper pour le faire cuire dans un cuiseur vapeur
- Cuire le chou dans le Cuisinart Cookfresh durant 40 minutes.
- Eplucher l'échalote, la ciseler grossièrement.
- Couper les tranches de coppa en petits morceaux.
- Mettre un filet d'huile dans la sauteuse avec un petit morceau de beurre et faire revenir l'échalote et la coppa
- Lorsque l'échalote est translucide, ajouter les choux farcis et les cuire à feu vif jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Ajouter le cidre, baisser le feu et couvrir la cocotte.
- Eplucher le navet et la carotte, les laver.
- Couper la carotte en très fines rondelles et tailler le navet en petits morceaux. Saler et poivrer
- Ajouter les légumes aux choux farcis et ajouter ensuite le chou cuit à la vapeur.
- Couvrir à nouveau et cuire à feu doux pendant une heure environ. Remuer à la mi-cuisson

