

## Plat principal

Préparation :

15 min

Cuisson: 40 min

Niveau: 

Ingédients:

Pour 23 personnes:

- 1 chou blanc
- 8 tranches de poitrine de lard
- 500 g de saucisse à cuire
- 1 oignon
- 5 carottes
- 8 pommes de terre
- 2 gousses d'ail
- 2 c-à-s de persil haché
- 30 g de matière grasse
- sel et poivre

## Suggestion

- Saucisses et lards Bio de chez Coprosain... un régal!! et pour ceux qui n'ont pas de cocotte, dans une poêle, cuire les saucisses puis les couvrir d'eau et y poser les feuilles de chou et... un couvercle!

# Potée de Chou blanc et saucisses...

- Couper le chou en 4 et tirer les feuilles.
- Couper les carottes en rondelles et les pommes de terre en morceaux.
- Faire blanchir le chou à gros bouillons pendant 10 minutes.
- Faire frire l'oignon avec la matière grasse dans une cocotte, y ajouter les feuilles de chou, les carottes, les pommes de terre, le lard, les saucisses, l'ail haché, le persil, du sel et du poivre.
- Verser de l'eau jusqu'à mi-hauteur.
- Compter 30 minutes de cuisson à partir de la rotation de la soupape puis ouvrir et laisser mijoter 10 min. supplémentaires.



the  
**peas**  
green food