

# SAUCISSES DE TOULOUSE AUX CHOUX DE BRUXELLES ET AUX LARDONS

Mars 2004 (Révisé en août 2017)

## Ingrédients (2 personnes) :

- ★ 2 saucisses de Toulouse
- ★ 400 g de choux de Bruxelles
- ★ 100 g de lardons nature
- ★ 2 cuillères à soupe d'huile d'arachide
- ★ 40 g de beurre (10 + 10 + 20)
- ★ 1 pincée de bicarbonate de soude
- ★ 1 cuillère à café de gros sel gris de Guérande

Ustensiles : Casserole, Égouttoir, 2 poêles

Préparation : 10 mn

Cuisson : 40 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 3,12 € (soit 1,56 € par personne)



## Recette :

Parer les choux de Bruxelles en éliminant les feuilles jaunes ou tachées, les rincer et les égoutter. Porter à ébullition une casserole d'eau additionnée du gros sel, ajouter les choux, une pincée de bicarbonate et à la reprise de l'ébullition, poursuivre la cuisson durant 15 minutes. Rafraîchir dans de l'eau froide et égoutter.

Dans une poêle faire fondre 10 g de beurre et une cuillère à soupe d'huile, placer les saucisses et cuire à feu moyen, les retourner régulièrement et les piquer pour faire suer le gras. Dans une seconde poêle faire fondre à feu doux 10 g de beurre et le reste d'huile, faire suer les lardons 5 minutes, ajouter les choux de Bruxelles et laisser dorer à feu doux 20 minutes, ajouter 20 g de beurre en fin de cuisson. Servir les saucisses de Toulouse entourées des choux de Bruxelles aux lardons, accompagnées de moutarde forte.

## Boisson :

Un Madiran servi à 15°C. (\*)

(\*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.