

Recettes de cuisine polonaise

En français



Golabki : chou farci à la polonaise



Ingrédients :

Etape 1

Chou vert
1 pièce
Eau 2 l
Gros sel 20 g

Etape 2

Viande de porc Hachée 600 g
Riz blanc 150 g
Sel fin 6 pincées, Moulin à poivre 6 tours
Oignons 2 pièces
Huile d'olive 2 cl
Bouillon de volaille 20 cl

Etape 3

Purée de tomate fraîche 300 g

Thym frais 3 branches

Sucre en poudre 5 g

Sel fin 4 pincées

Moulin à poivre 4 tours

Instructions :

- Pour l'étape 1

-

Préchauffer le four à 180 °C (th. 6).

Retirer les feuilles du chou et les laver.

Mettre à bouillir une grande quantité d'eau avec du gros sel, puis blanchir les feuilles de chou dans un grand volume d'eau froide.

Tailler les grosses nervures et les réserver sur un torchon.

- Pour l'étape 2

-

Laver le riz à l'eau froide jusqu'à ce que l'eau soit claire.

Mettre alors le riz dans une casserole et verser le double de son volume en eau.

Ajouter le sel et porter à ébullition, puis baisser le feu et laisser mijoter à couvert jusqu'à ce que l'eau soit complètement absorbée.

Débarrasser ensuite le riz sur une plaque et réserver.

Éplucher les oignons et les ciseler finement.

Faire chauffer une poêle avec un trait d'huile, puis faire suer les oignons sans coloration.

Réserver.

Dans un cul-de-poule, mélanger la viande hachée, le riz et les oignons.

Rectifier l'assaisonnement en sel et en poivre du moulin.

Disposer la farce dans les feuilles de chou blanchies, puis les refermer en formant un carré.

Les déposer ensuite dans un plat à gratin et les arroser de bouillon de volaille.

Enfourner à 180 °C pendant 30 min.

- Pour la finition et le dressage

-

Faire chauffer la pulpe de tomate avec le thym, le sucre, le sel et le poivre.

Cuire à feu doux 3 minutes,

Puis enlever le thym et mixer finement.

Dresser le chou en assiettes plates et arroser de coulis de tomates.

- Smaczneho!