

Ragoût de chou à la viande de bœuf hachée

Ingrédients pour 4 personnes

- 1 chou vert, blanc ou frisé
 - 4 carottes
 - Graines de cumin
 - 1 saucisse de Morteau
 - 600 grammes de viande de bœuf hachée
 - 1 bouillon cube de légumes
 - 4 grains de poivre noir
 - 1 bouquet garni
 - Persil frais
 - Huile d'olive
-

Préparation

- Coupez le chou en quartiers.
- Retirez le trognon et détaillez-le en grosses lanières.
- Épluchez les carottes, lavez-les et coupez-les en rondelles.
- Faites chauffer une grande cocotte avec un beau filet d'huile d'olive.
- Déposez la saucisse et faites-la saisir sur toutes les faces.
- Ajoutez les carottes, le chou et couvrez largement d'eau.
- Émiettez le bouillon cube, déposez le bouquet garni, les grains de poivre noir et laissez mijoter 40 minutes.
- Faites chauffer une poêle avec un filet d'huile d'olive.
- Faites-y revenir la viande avec 1/2 cuillère à café de graines de cumin 5 minutes en remuant régulièrement.
- Ajoutez la viande hachée dans la cocotte après les 40 minutes de cuisson et poursuivez la cuisson 20 minutes.
- Retirez le bouquet garni, parsemez de persil frais lavé et ciselé et servez bien chaud.

Pour un plat plus copieux, ajoutez 4 pommes de terre dans le ragoût de chou. S'il vous reste du bouillon et des légumes, cela fera une excellente base de soupe réconfortante.

Accompagnement

Un Anjou blanc.