

Choucroute

Pour 6 personnes · 1 terrine en poterie

La choucroute, plat alsacien par excellence, est — contrairement à une idée reçue — à la fois digeste et diététique. Avec seulement 20 calories pour 100 g, elle est riche en potassium, calcium, fibres et vitamine C.

INGREDIENTS

- 1,5 kg de choucroute crue
- ½ palette demi-sel (600 g)
- ½ palette fumée (600 g)
- 600 g de travers de porc demi-sel
- 600 g de poitrine fumée (lard)
- 600 g de poitrine fraîche
- 6 saucisses de Lorraine
- 12 knacks d'Alsace ou saucisses de Francfort (variante « choucroute royale » : ajouter 6 quenelles de foie et 6 petits boudins noirs)
- 1 bouteille de Riesling
- 1 petit verre de schnaps
- 40 g de margarine
- 4 à 5 gousses d'ail émincées
- 3 feuilles de laurier
- 4 clous de girofle
- 20 baies de genièvre
- 14 baies de coriandre
- 10 grains de poivre noir
- 1 pincée de cumin
- 1 cuillère à soupe de sel
- 2 oignons
- ¼ L de bouillon
- Poivre du moulin

PREPARATION

1. Verser de l'eau bouillante sur la choucroute, égoutter dans une passoire, renouveler l'opération une deuxième fois : le chou doit être blanc et bien se détacher.
2. Ajouter au chou le bouquet garni (laurier, clous de girofle, baies de genièvre, baies de coriandre, grains de poivre noir, cumin, un peu de sel) et le ¼ L de bouillon ; mélanger le tout.
3. Faire fondre la margarine dans une poêle et faire revenir l'oignon et l'ail émincés sans les colorer. Ajouter 50 cl de Riesling et un verre d'eau additionné du bouillon fondu.
4. Tapisser le fond de la terrine avec les tranches de poitrine fumée. Disposer la choucroute par-dessus, en réservant deux poignées pour la fin.
5. Verser le petit verre de schnaps sur toute la choucroute, disposer les viandes et les saucisses sur le chou, puis couvrir avec les deux poignées de choucroute restantes.
6. Fermer la terrine avec son couvercle et laisser mijoter 2 heures 30 à 230°C.

7. Servir à table dès la sortie du four.

Avant la première utilisation, immerger la poterie 12 heures dans de l'eau froide.