

Sauté blanc aux lardons.

Sauté blanc aux lardons.

Votre chou, 1 oignon, 100 gr de lardons, 40gr de beurre ou 3cs d'huile d'olive, sel poivre.
Sauté aux lardons.

Votre chou, 1 oignon, 100 gr de lardons, 40gr de beurre ou 3cs d'huile d'olive, sel poivre.
Démontez les feuilles de votre chou, lavez. Plongez les feuilles dans de l'eau salée bouillante pendant deux trois minutes environ. Faites-les égoutter et tiédir, puis coupez-les en lanières. Faites revenir dans une poêle les oignons et le lard, puis quelques minutes plus tard, ajoutez le chou et laissez mijoter une dizaine de minutes. Pour les personnes qui ne mangent pas de viande c'est aussi très bon sans le lard.