Chou farci à la viande haché

Pour 6 personnes

Préparation:35 minutes **Cuisson :** 35 minutes

Ingrédients:

500g de viande hachée

250g de chair à saucisse

1 petit chou vert

1 oignon

2 gousses d'ail

1 bouquet de persil plat

2 brins de thym

1 brin de romarin

1 œuf

10 cl de lait

50g de beurre

15cl de vin blanc sec

1 tranche de pain de mie

1 c à soupe de riz cuit (ou lentilles corail, ou millet)

1 c à soupe de graines de courge

1 c à soupe de graine de sésame

sel,poivre

Préparation:

Détachez 15 belles feuilles de chou

cuisez-les 5 minutes dans un grand volume d'eau bouillante salée.

Egouttez- les et passez-les sous l'eau froide.

Mettez le pain de mie dans le lait.

Pelez l'ail, l'oignon, puis hachez-les.

Lavez et effeuillez le persil, puis ciselez-le.

Emincez 3 feuilles de chou cuites et faites -les fondre dans 20 g de beurre avec l'oignon et l'ail. Réservez dans un saladier et laisser tiédir.

Ajoutez dans le saladier la chair à saucisse, la viande hachée, le pain mie essoré et haché, le riz , l'oeuf, le persil, le sel, le poivre. Mélangez.

Préchauffez le four à 180°C. Retirez les nervures centrales des feuilles. Disposez-les deux par deux en les croisant et garnissez-les de farce.

Repliez les paupiettes arrondies et ficelez-les.

Disposez les petits farcis dans un plat . Versez le vin et 1 filet d'eau dans le fond du plat. Ajoutez le reste du beurre en morceaux, les graines, le thym, le romarin. Enfournez pour 25 minutes.