

Chou pointu à la créole



Ingrédient: (4 personnes)

- 1 chou pointu
- 600 grs de poitrine fumée
- 4 tomates
- 1 oignon
- thym, 1/2 c.c. de curcuma, poivre.

Recette:

1. Emincer le chou pointu (grossièrement en lamelles de plusieur mm puis rincer à l'eau vinaigrée); découper la poitrine fumée en petits morceaux; hacher l'oignon; hacher les tomates.
2. Dans un faitout, faites revenir les morceaux de poitrine fumée pendant 5 minutes à feu moyen voir vif.
NB: l'ajout d'huile à cette étape se fait à votre convenance; on peut ne pas en mettre du tout si on dispose d'un faitout non adhésif.
3. Ajouter les oignons, les épices (thym, curcuma, poivre) et remuer le tout pendant 2 minutes.
4. Ajouter les tomates, remuer, laisser cuire à feux moyen pendant 5 minutes.
5. Ajouter le chou pointu, remuer et laisser cuire à feu doux pendant 15 minutes.

Servir avec du riz blanc cuit au cuit vapeur.