

Chou Vert aux Pistaches et Boulettes aux Quatre Épices

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 h 30 min

Ingrédients:

- HACHIS PORC & BOEUF	500g
- FILET AMERICAIN	250g
- OEUF(S)	1
- CHAPELURE	3 c à soupe
- CRÈME FRAÎCHE	3 c à soupe
- FARINE	2 c à soupe
- QUATRE-ÉPICES (MÉLANGE)	1 c à café
- CHOU VERT	1 petit
- LARD FUMÉ	2 tranches
- LAURIER	2 feuilles
- EAU	
- CRÈME FRAÎCHE	80 ml
- PISTACHES	2 c à soupe
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Dans un plat creux, mélangez les 2 hachis de viande avec l'œuf, la chapelure, le mélange 4 épices, la crème fraîche, sel et poivre. Façonnez de belles boulettes (entre 8 et 10 pièces) puis roulez-les dans la farine.
- Coupez le lard en lardons.
- Nettoyez et taillez le chou en lanières.
- Concassez au couteau les pistaches puis faites-les torrifier quelques minutes dans une poêle. Réservez.
- Dans une grande poêle avec couvercle, saisissez les boulettes de viande sur toutes les faces. Réservez sur une assiette.
- Ajoutez alors dans la poêle, les lardons et laissez-les griller quelques instants puis jetez-y les lamelles de chou avec le laurier, sel et poivre. Couvrez et retournez le chou pendant quelques minutes. Mouillez ensuite avec un fond d'eau et poursuivez la cuisson doucement à couvert jusqu'à ce que le chou s'attendrisse.
- Replacez alors les boulettes sur le chou, saupoudrez de pistaches grillées concassées puis arrosez avec la crème.
- Poursuivez la cuisson à couvert encore 15 à 20 minutes en remuant régulièrement le chou et en retournant les boulettes.
- Servez les boulettes sur un lit de chou aux pistaches.

