

RECETTE LE TSARFION

Cette recette est typique de la commune de St-Martin ; faite surtout le dimanche lorsque tout le monde se rendait à la grande messe du dimanche ...

RECETTE POUR 4 PERSONNES	
Ingrédients	1 chou moyen Divers viandes fumées ou salées et morceau de bouilli 100 à 150 gr de lardons pour la farce 250 gr de farine 2 œufs 2 ½ dl lait et eau Bouillon, sel, poivre, épices



Shanon surveille !!



- 2,5 dl eau et lait
- 1 pincée de sel
- 2 oeufs
- 250 gr farine
- 1 c.c. bouillon végétal (poudre)
- Battre le tout jusqu'à consistance d'une pâte à beignets (assez épaisse : ajouter de la farine si nécessaire)
- 100 ou 150 gr lardons => ajouter à l'appareil



Un morceau de bouilli (épicé à l'avance)
maigre ou gras, cuit préalablement dans du bouillon
de légume avec un bouquet garni.



Diverses viandes

- Saucissons
- Lard fumé et salé
- Côtelettes fumées
- Noix de jambon
- etc.

Dans un sens toutes les viandes que nous mettons également dans une choucroute (selon votre désir)

Ces viandes seront cuites à part dans une grande casserole d'eau (éventuellement la veille)



C'est quand qu'on mange !



Préparation du chou

La veille, retirez délicatement les feuilles dans de l'eau chaude afin d'en conserver le plus possible entières ...



Cuisson du chou

- Reprendre votre bouillon dans lequel vous avez cuit votre bouilli, le chauffer doucement
- Mettre un panier vapeur sur le liquide
- Débuter par vos les petites feuilles coupées
- Continuer avec les plus grandes feuilles (enlever la grosse côte)
- Bien faire un nid
- Réserver 2 ou 3 grandes feuilles pour en faire un couvercle
- Cuire à feu vif votre chou
- Mettre votre pâte à l'intérieur du nid
- Couvrir avec les feuilles réservées
- Laisser prendre la pâte (5 à 10 minutes)
- Réduire pour laisser mijoter ...



Grandes casseroles

Celle de la viande et celle du chou mijoteront, tout doucement, au minimum pendant 1 h.30, mais vous pouvez les laisser cuire plus longtemps (surveiller qu'il y ait assez de liquide !)



Pendant ce temps, l'homme apporte un de quoi faire un autre repas !



En attendant, l'on se régale de la vue depuis la cuisine !



- Des pommes de terre (dans de l'eau salée ou à la vapeur)
- Des demi-paires (dans de l'eau avec un morceau de beurre)

Aucune inquiétude, il y aura des restes à :

- Réchauffer à la vapeur
- Congeler
- Etc.

Voilà le résultat final !

en ce samedi du 14 juillet 2007

*Un grand merci pour ce moment de pur bonheur
et de convivialité au Mayen du Collet*

Recette tirée du fascicule : LES BONNES RECETTES VALAISANNES OPAV

Pour 4 personnes :

- 1 chou moyen
- 4 côtelettes fumées
- 400 gr. Lard sec
- 400 gr. Lard frais ou fumé

pour la farce, mélanger les ingrédients suivants :

- 100 gr de saucisse à rôtir de porc cru (max. 200 gr. Quelque soit le nombre de personnes)
- arine
- 2 œufs
- 2 ½ dl vin blanc ou lait
- sel, poivre, épices

La veille ou une heure avant, défaire le chou par feuilles entières, enlever les grosses côtes.

Dans la marmite de 10 l, cuire les côtelettes et le lard sec dans l'eau peu ou pas salée pendant une ½ heure. Pendant ce temps, faire la farce assez épaisse, laisser reposer 20 minutes et vérifier l'assaisonnement.

Dans un filet ou une gaze posé dans un grand saladier, reconstituer le chou, verser la farce, couvrir avec le cœur du chou haché fin et les dernières feuilles. Retirer la viande, déposer le chou dans le bouillon à forte ébullition pour saisir la farce. Remettre le salé et le lard frais ou fumé, mijoter 1 ½ h à 2 heures. Eventuellement, cuire à part un saucisson.

Servir avec des pommes de terre nature après avoir enlevé la gaze.

Bon appétit !

Ce que nous devons connaître, c'est que chaque famille à sa recette, comme lorsque vous mangez des spécialités valaisannes, faites maison, vous serez très étonnés de constater que toutes ont une saveur différente, car là, également, chaque famille détient sa recette; recette transmise de génération en génération ...