

Chou rouge aux cranberries



Pour 4 personnes

un tout petit chou rouge, environ 500g

1 oignon rouge

1 grosse pomme acide type granny smith si possible bio car on va garder la peau

3 csoupe cranberries séchées

4 baies de genièvre (ou plus si vous aimez vraiment ça...)

1 csoupe de feuilles de thym frais ou une grosse brindille

1 csoupe huile environ (ou si vous préférez environ 30g de beurre)

1/2 tasse (=125ml) vin rouge

2 csoupe vinaigre balsamique

sel, poivre

Et, pour aller avec :

4 patates moyennes à purée

3 csoupe eau

4 à 8 morceaux d'épaule de porc d'épaisseur égale, environ 1.5 cm

sel, poivre

Mettre l'huile (ou le beurre) à chauffer à feu moyen-vif dans une sauteuse anti adhésive.

Quand l'huile est chaude, placer les morceaux de porc à dorer sur chaque face. Saler, poivrer.

Ôter le trognon du chou et le couper en lanières les plus fines possibles. Peler l'oignon, le couper en 2 et l'émincer en demi-rondelles hyper fines. Râper la pomme préalablement lavée avec sa peau. Effeuille le thym.

Ne pas oublier de garder un œil sur la viande. Dès qu'elle est dorée juste à point, la réserver sur une assiette.

Réunir chou, oignon, pomme, cranberries, genièvre et thym dans un grand récipient et mélanger.

Remettre éventuellement un peu de matière grasse dans la sauteuse (normalement il n'y en a pas besoin). Verser le contenu du saladier dans la sauteuse, mélanger pour que tout s'enrobe bien d'huile, saler, poivrer et laisser mijoter quelques minutes en remuant de temps en temps.





Pendant les quelques minutes où le chou mijote, on prépare l'écrasée de pomme de terre. Peler, laver les patates, les couper en cubes d'environ 1cm de côté. Les placer au fond d'un plat qui passe au micro ondes. Ajouter environ 3 csoupe d'eau, couvrir hermétiquement avec du film plastique, percer le film d'une pointe de couteau et placer au micro ondes 10 minutes puissance maximale. *Il est bien évident qu'on peut aussi faire cuire ses patates à l'eau salée dans une casserole... ;-)*

Dès que la cuisson des patates est lancée, on revient au chou. Verser le vin rouge et le vinaigre balsamique, mélanger, couvrir et laisser mijoter à feu tout doux 10 minutes. Au bout des 10 minutes, soulever le couvercle, mélanger puis placer les morceaux de porc bien à plat par dessus le chou sans qu'ils se chevauchent, couvrir à nouveau et laisser mijoter 20 minutes. Vérifier quand le temps est écoulé pour les patates qu'elles sont bien cuites, sinon prolonger leur cuisson.

Il est alors temps de servir. Normalement les patates sont encore chaudes, sinon les réchauffer au micro-onde. Ôter le film plastique et saler.

Arrêter la cuisson du chou et du porc. Goûter, rectifier l'assaisonnement.

Placer une ou 2 tranches de porc dans chaque assiette.

Monter la garniture tour à tour dans chaque assiette à l'aide d'un cercle inox. Écraser des cubes de pomme de terre jusqu'à mi hauteur du cercle, appuyer fermement. Continuer avec le chou en essayant de l'égoutter du mieux possible, tasser un maximum, retirer le cercle.

