

Choucroute en bocaux de verre

pour un bocal d'un litre

- ⇒ du chou "quintal d'Alsace", un bon kilo et bio (c'est obligatoire, avec un non-bio il y a risque de mauvaise fermentation et il faudra tout jeter...)
- ⇒ 1 oignon, 70 g. environ (non obligatoire)
- ⇒ 1 c. à s. de gros sel de Guérande
- ⇒ 5 baies de genièvre, 5 graines de coriandre, 3 graines d'aneth, grains de poivre blanc et noir, 1 feuille de laurier

préparation

- ⇒ Ebouillanter le bocal et le caoutchouc.
- ⇒ Râper le chou et l'oignon avec une mandoline, les mélanger.
- ⇒ Préparer le sel et les épices dans un petit récipient, les mélanger.
- ⇒ Dans le bocal, mettre un peu du mélange épicié et une première couche de chou et oignon . Bien tasser avec la main fermée . Ajouter un peu de chou et tasser . Procéder ainsi jusqu'à épuisement des ingrédients . Le jus va progressivement apparaître et recouvrir le chou.
- ⇒ Fermer le bocal muni de son caoutchouc . Laisser reposer 2 à 3 jours dans la cuisine sur une assiette, la fermentation va démarrer : "ça mousse", ça peut déborder ; puis mettre le pot à la cave, endroit frais et au noir . Attendre 1 (voire 2) mois avant de consommer. Se conserve facilement 6 mois, le chou du dessus devient un peu marron, c'est sans conséquence, tout reste consommable.
- ⇒ Ne jamais rincer cette choucroute, elle est peu salée et le jus est excellent pour la santé !!! (on peut l'utiliser à la place du vinaigre dans une sauce de salade et même le boire).

Comment consommer ce délice ?

⇒ choucroute en salade (par personne) : aérer la choucroute crue (une poignée), enlever les épices , mais garder le jus s'il y en a . Ajouter une échalote hachée, un champignon de Paris émincé ou un demi-oeuf dur . Remuer .

Répartir 1 c. à c. de jus de citron et 1 c. à s. d'huile d'olive dessus. Remuer au moment de servir .

⇒ choucroute cuite : mettre au fond de la casserole un oignon émincé (et éventuellement une carotte émincée), ajouter la choucroute crue (avec du jus s'il y en a), répartir des pommes de terre épluchées et des bandes de tofu (fumé ou nature) sur le dessus . Ajouter éventuellement un jus de citron ou du vin blanc . Laisser cuire jusqu'à la cuisson des pommes de terre . Et régalez-vous !!!