

POTÉE DE CHOU BLANC

*1 chou blanc
100 g de tofumé
100 g de gros haricots blancs secs
30 g de margarine végétale
1 bouquet garni (laurier, thym, romarin, sauge)
gros sel
1 c. à c. de moutarde au poivre
1 c. à s. d'huile d'arachide*

La veille au soir, faire tremper les haricots dans de l'eau.

Jeter l'eau de cuisson, recouvrir à nouveau les haricots blancs d'eau et les faire cuire pendant 45 minutes avec du sel (vérifier la cuisson, l'arrêter dès que les haricots sont tendres).

Débieter le chou blanc en gros quartiers. Porter une grande quantité d'eau salée à ébullition et y plonger les quartiers de chou pendant 7 minutes. Égoutter et réserver.

Rissoler le tofumé coupé en gros dés dans l'huile d'arachide, jusqu'à ce qu'il soit bien doré.

Dans un wok, faire fondre la margarine et y réunir le tofumé et le chou blanc. Incorporer la moutarde et le sel et laisser mijoter à feu doux pendant 45 minutes environ, avec le bouquet garni.

Ajouter les haricots blancs et laisser mijoter un quart d'heure encore. Déguster la potée bien chaude, avec par exemple des pommes de terre en robe des champs.