

SIMON CHAREST

Mettez du plaisir dans votre assiette, WWW.SIMONCHAREST.COM

CHOU MARINÉ

(Recette Russe)



1 chou de taille moyenne râpé ou haché
1 grosse carotte râpée
2 à 4 gousses d'ail

Marinade :

4 tasses d'eau
2 cuillères à table de sel
 $\frac{3}{4}$ tasse de vinaigre blanc
 $\frac{1}{2}$ tasse de sucre
 $\frac{1}{2}$ tasse d'huile de canola ou tournesol
2 feuilles de laurier
 $\frac{1}{4}$ c. à thé de clou de girofle moulu ou 4 à 5 clous entiers
Poivre

Dans un grand bol, alterner les couches de chou, carottes et l'ail

Pour la marinade :

Dans une casserole faites bouillir l'eau avec le sel, le sucre, le vinaigre, l'huile, herbes et épices.

Recouvrez les légumes de cette marinade, laissez refroidir et c'est prêt !

Cette spécialité Russe se mange autant en accompagnement qu'en salade. N'hésitez pas à le laisser mariner quelques jours pour en augmenter sa saveur.

SIMON CHAREST

Mettez du plaisir dans votre assiette, WWW.SIMONCHAREST.COM