

## Sabodets aux sarments de vigne

La Fournaise aux fourneaux  
fournaiseaufour.canalblog.com

*Recette n° 4 bis de Georges, Le Maître à Grenouilles*

C'était un plat très courant il y a encore quelques années dans mon Bugey mais la disparition petits à petit des vignes l'a raréfié.

C'est pourtant très convivial de le servir avec un bon gratin dauphinois ou des patates cuites avec !

Le sabodet est une saucisse avec des bas morceaux de porc (tête...).

« Moi je le fais avec du vin rouge ! »

### Ingrédients (pour 6/8 personnes) :

- \* 2 sabodets
- \* 1 petit fagot de sarment de vigne sec (pas/peu traité si possible)
- \* 5 branches de thym
- \* 5 feuilles de laurier
- \* 1,5L de vin rouge
- \* 1 grosse gousse d'ail



### Préparation :

Il faut une grande casserole à bord haut qui a un couvercle.

Bien laver les sarments.

Les couper en petits morceaux avec un sécateur pour que les sarments entrent dans la casserole.

Enlever les petits tortillons, ce sera plus pratique à ranger.

Alterner les morceaux de sarment pour qu'ils se croisent bien et fassent comme un « nid ».

Ajouter au fur et à mesure le thym et le laurier.

Faire ceci sur 5/8 cm.

Peler l'ail et le couper en 2.

Les poser sur les sarments.

Ajouter le vin à mi-hauteur des sarments.

Placer les sabodets sur les sarments en entier.

Attention, ils ne doivent pas toucher le vin car celui cuit à la « vapeur ».

Porter à ébullition avec le couvercle pendant 5 à 10 minutes.

Cuire ensuite au moins 30 minutes à petite ébullition (pour ne pas faire éclater les sabodets) avec le couvercle.

En cours de cuisson, ajouter du vin pour garder une certaine quantité de liquide.

Les sabodets vont gonflés puis rétrécir et changer de couleur (violacés).

Piquer un peu les sabodets s'ils cloquent trop.

A mi-cuisson, tourner les sabodets pour que cela cuise uniformément.

Le sabodet est cuit quand il a dégonflé et changé de couleurs. Le mieux c'est de goûter.

Servir avec un gratin dauphinois, des pommes de terre cuites à la vapeur ou de la polenta.

On peut l'accompagner d'un diot cuit en même temps aux sarments.

**Astuces :**

Dans le vin, on peut ajouter aussi un oignon planté de clou de girofle, du poivre du romarin (mais pas de sel).

Si la gamelle est suffisamment haute, on peut mettre sur les sarments des pommes de terre (avec leur peau) et par-dessus les sabodets. Dans ce cas, faire cuire un peu plus longtemps.

On peut remplacer le vin rouge par du vin blanc.

Faire un lit de sarment assez serré pour que les sabodets ne tombent pas dans le vin.

Attention, quand vous ouvrez la 1<sup>ère</sup> fois le couvercle, il y a une grosse bouffée de vapeur d'alcool qui s'en sort et qui peut s'enflammer. Donc ne pas ouvrir d'un coup mais laisser s'échapper un petit peu la vapeur au préalable.

On peut réutiliser le vin rouge pour faire un bourguignon ou autre...