

## Fricassée de boudin aux pommes

La Fourmaise aux fourneaux  
fourmaisefour.canalblog.com

Chouette, c'est enfin la saison du boudin à la chaudière !

Dans le Bugey et ses environs, de novembre à mars, tous les weekends, des associations locales préparent et vendent du boudin et des fricassées (avec viande et abat). Il est toujours différent car chacun a sa recette.

Mais c'est là le meilleur, quand il sort juste de la chaudière et qu'on le déguste tel que avec un p'tit verre de vin chaud !

Je le prépare juste avec des pommes fruits cuites mais on peut agrémenter avec de la purée ou des frites.

### Ingrédients (pour 3-4 personnes) :

- \* 1 fricassée de 1,2kg
- \* 6-8 pommes
- \* 1 échalote
- \* 1 gousse d'ail
- \* 1 verre de vin blanc
- \* huile d'olive
- \* beurre
- \* thym, laurier, herbes de Provence (facultatif)



### Préparation :

#### *La fricassée*

Peler l'échalote et l'ail. Les émincer finement.

Laver et essuyer les abats. Les recouper s'ils sont en trop gros morceaux.

Dans une poêle, mettre un peu d'huile.

Quand l'huile est chaude, y mettre l'ail et l'échalote et laisser revenir quelques minutes à feu moyen.

Ajouter ensuite la viande (qui cuit un peu plus longtemps que les abats).

Remuer et laisser cuire à découvert encore quelques minutes.

Ajouter enfin les abats et laisser cuire à feu doux encore 15 minutes en remuant régulièrement.

Saler et poivrer. On peut ajouter ici les aromates si on aime.

Si cela attache en fin de cuisson, y verser un peu de vin blanc.

### *Les pommes*

Préparer les pommes en les coupant en morceaux ou en lamelles de même taille pour avoir une cuisson homogène.

Dans une poêle, y mettre un morceau de beurre.

Quand le beurre est fondu, y verser les pommes.

Laisser cuire à feu moyen avec un couvercle pendant 15 minutes.

Remuer fréquemment.

Ne pas assaisonner.

### *Le boudin*

Couper le boudin en morceau de 8/10cm de long.

Si le boudin est assez ferme, enlever délicatement la peau afin que celle-ci ne se rétracte pas pendant la cuisson.

Dans une 3<sup>ème</sup> poêle, mettre un peu d'huile à chauffer.

Quand c'est chaud, y poser délicatement les morceaux de boudin.

Cuire à feu moyen 10 minutes environ.

Quand le boudin côté feu commence à avoir une couleur marron-noir, le retourner délicatement afin de faire dorer l'autre côté.

Saler et poivrer seulement si le boudin est fade ou trop doux.

Servir bien chaud avec les pommes et la fricassée.

### **Astuces :**

Je n'utilise pas la coiffe (ou la crépine).

On peut remplacer l'échalote par de l'oignon.

Le boudin étant cuit, il suffit de le réchauffer.

Pour enlever la peau, il faut avoir un couteau (lisse) très tranchant et rester en surface (ne pas enfoncer le couteau pour ne pas abimer le boudin qui risquerait de tomber en purée pendant la cuisson). Si celui-ci est trop mou pour enlever la peau, la laisser même si cela ne sera pas très esthétique après cuisson.