

Chou plume à la poêle

Ingrédients :

chou plume

huile

lardons

Préparation :

Laver le chou plume à grande eau. Faire blanchir les feuilles quelques minutes à l'eau bouillante pour les attendrir.

Oter la côte des feuilles qui donne de l'amertume. Hacher menues les feuilles dentelées.

Faire revenir doucement à la poêle avec quelques lardons.