



Rig ha farz

POUR 8/10 PERSONNES

PRÉPARATION : 30 MN - CUISSON : 3H

- 1 jarret de bœuf • 1,5kg de paleron
- 1,5kg de poitrine de porc 1/2 sel
- 500g de farine de blé noir
- 700g de pommes de terre • 1kg de rutabaga
- 2 poireaux • 600g de carottes
- 1 oignon piqué de clous de girofle
- 1 bouquet garni • Gros sel, poivre

Pour le farz : délayer 500g de farine de blé noir à l'eau froide, saler légèrement, verser dans un sac en toile et ficeler.

Laver, éplucher et couper grossièrement les légumes.

Dans une grande marmite, mettre les morceaux de bœuf, le bouquet garni, l'oignon, une poignée de gros sel et le sac avec le farz. Recouvrir largement d'eau froide et cuire à petite ébullition 2h.

À ce moment, ajouter les légumes et la poitrine de porc, poursuivre la cuisson 1h encore.

Dresser viande et légumes sur un plat avec le farz coupé en tranches.