



## CIGARES AU CHOU ÉTAGÉS FAÇON LASAGNE

**PRÉPARATION** 30 MIN.

**CUISSON** 2 H 30.

**PORTIONS** 6

### INGRÉDIENTS

- 675 g (1 1/2 lb) de boeuf haché mi-maigre [Note: On peut mélanger avec du porc haché](#)
  - 1 gros oignon, haché
  - 2 gousses d'ail, hachées
  - 10 ml (2 c. à thé) d'origan séché
  - 7,5 ml (1 1/2 c. à thé) de moutarde sèche
  - 5 ml (1 c. à thé) de sel de céleri
  - 125 ml (1/2 tasse) de riz à grains longs étuvé [Note: faire cuire au préalable](#)
  - 1 boîte de 796 ml (28 oz) de tomates en dés
  - 2 litres (8 tasses) de chou vert, émincé
  - 250 ml (1 tasse) de bouillon de poulet
  - Sel et poivre
- [1 ou 2 boîtes de soupe tomate](#)

### PRÉPARATION

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
2. Dans un bol, mélanger la viande, l'oignon, l'ail et les épices. Saler et poivrer. [Note: faire cuire au préalable et j'y ajoute la soupe tomate](#)
3. Émietter la moitié du mélange de viande dans un plat de cuisson d'environ 33 X 23 cm (13 X 9 po). Parsemer avec la moitié du riz et y répartir la moitié des tomates. Couvrir avec la moitié du chou et presser légèrement. Ajouter le reste de la viande et du riz de la même façon. Y répartir le reste des tomates. Couvrir avec le reste du chou. Saler et poivrer généreusement. Verser le bouillon. Couvrir d'une feuille de papier d'aluminium. Cuire au four 2 heures. Retirer le papier d'aluminium et poursuivre la cuisson 30 minutes.