

Rougail saucisses

Un des plats les plus connus de la cuisine créole.

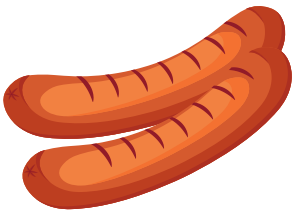


Recette prête en 1H

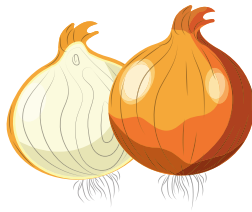
- 30 min de préparation
- 30 min de cuisson

À accompagner avec du riz et des grains (pois du cap, lentilles, haricots rouges) + un rougail de mangue verte, tomate ou de concombre.

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES :



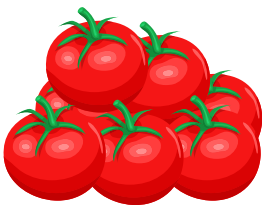
750g de saucisses fraîches (Montbéliarde, Morteau Toulouse)



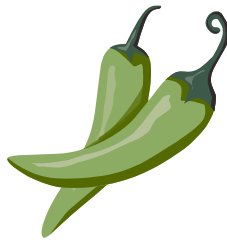
4 petits oignons



4 gousses d'ail



8 tomates à chair moyenne



4 piments verts (facultatif)



Un petit bout de gingembre



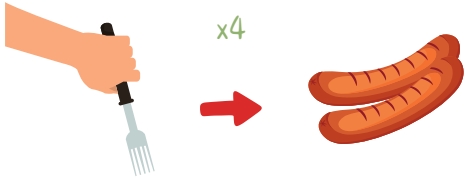
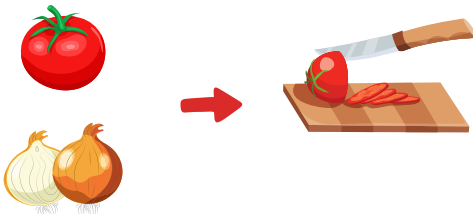
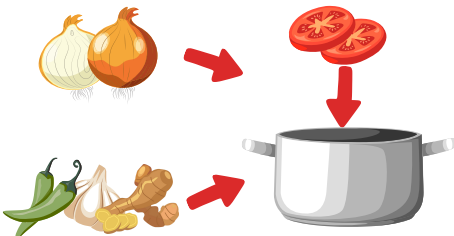
4 cuillères à soupe d'huile



10 feuilles de Kaloupilé

Rougail saucisses

Un des plats les plus connus de la cuisine créole.

1		Piquer les saucisses du bout de la fourchette 3 ou 4 fois sur toutes les faces.
2		Faire bouillir les saucisses dans un litre d'eau, à marmite découverte, 15 min.
3		Pendant ce temps : émincer les oignons et les tomates.
4		Piler ensemble ail, piments (ou poivre) et gingembre.
5		Débiter les saucisses en 3 ou 4. Mettre 2 cuillères à soupe d'huile dans la marmite. Y mettre les saucisses. Les laisser frire 3 minutes.
6		Ajouter les oignons, mélanger 3 min. Ajouter le mélange pilé, mélanger 3 min. Ajouter les tomates, bien remuer.  Laisser cuire à feu moyen environ 20 min

PS : certains laissent les saucisses entières. C'est une opinion, aussi honorable qu'une autre ! Toutefois, cela est valable lorsqu'on prépare ce plat pour 8 personnes au moins. De toute façon, les saucisses laissées entières donneront moins leur goût à la sauce.