

Légumes variés

Petits pois frais, farcis au jambon de bayonne



1h15 **45 min** **30 min** **0** **402**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les farcis

40 g **Persil plat**
2 **Gousse(s) d'ail**
0.5 **Baguette(s) de pain**
1 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
1 **Piment d'Espelette**
1 **Lait demi-écrémé**
1 **Beurre**
1 **Huile d'arachide**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour les petits pois

1.5 kg **Petits pois**
6 **Oignon(s) nouveau(x)**
1 tranche(s) **Jambon cru**
1 **Sucre semoule**

Étape 1

Préparation des petits pois et de la farce

- 1 Écosser les petits pois et les réserver dans un saladier.
- 2 Couper les croûtons de la baguette puis ôter la croûte à l'aide d'un couteau scie pour ne garder que la mie.
- 3 Couper le pain en plusieurs segments puis en petits dés à l'aide d'un couteau scie et réserver dans un saladier.
- 4 Verser du lait pour bien imbiber la mie de pain et mélanger à l'aide d'une cuillère à soupe.
- 5 Équeuter le persil et conserver les queues pour réaliser un bouquet garni.
- 6 Découper un morceau de ficelle à l'aide d'un couteau d'office puis ficeler les queues de persil.
- 7 Concasser légèrement le persil à l'aide d'un couteau éminceur puis le débarrasser dans un saladier.
- 8 Ôter les parties grasses du jambon cru à l'aide d'un couteau de chef puis les découper en petits cubes.
- 9 Tailler le reste du jambon en lardons d'environ 1 cm et les réserver sur une assiette.
- 10 Débarrasser les cubes de graisse avec le persil.

- 11 Peler l'ail à l'aide d'un couteau d'office, les couper en deux et ôter le germe si nécessaire.
- 12 Écraser les gousses d'ail à l'aide du plat de la lame d'un couteau puis les concasser et les réserver avec le persil.
- 13 Couper les bulbes des oignons nouveaux puis ciseler la moitié du vert et réserver avec le persil.
- 14 Réserver les bulbes avec le jambon en dés pour la cuisson des petits pois.
- 15 Remuer le saladier de mie de pain imbibée puis l'essorer avec les mains et l'incorporer dans le saladier avec le persil, la graisse du jambon, l'ail et les oignons.
- 16 Ajouter un œuf dans la préparation puis assaisonner avec du sel, du poivre et du piment d'espelette.
- 17 Verser la farce dans un robot puis mixer le tout assez grossièrement pour garder de la texture.
- 18 Débarrasser la farce dans un saladier à l'aide d'une maryse et réserver.

Étape 2

Poêlage de la farce et cuisson des petits pois

- 1 Faire chauffer une poêle avec de l'huile d'arachide puis déposer une petite cuillère de farce pour tester la cuisson.
- 2 Laisser cuire quelques secondes puis la débarrasser sur une assiette et la goûter pour rectifier l'assaisonnement si nécessaire avec du poivre et du sel.
- 3 Faire de nouveau chauffer la poêle avec de l'huile.
- 4 Réaliser des quenelles de farce à l'aide de deux cuillères à soupe puis les déposer dans la poêle chaude.
- 5 Retourner les farcis seulement quand ils sont bien colorés et ne pas hésiter à rajouter de l'huile pour faciliter leur cuisson.
- 6 Débarrasser les farcis sur une assiette quand ils sont bien dorés sur les deux faces.
- 7 Déposer les bulbes d'oignon et les lardons dans la poêle pour les faire colorer.
- 8 Ajouter du beurre dans la poêle, baisser le feu et mélanger à l'aide d'une spatule.
- 9 Mettre une cocotte sur le feu et y verser les oignons et les lardons avec un peu de la matière grasse de leur cuisson ainsi que le bouquet garni.
- 10 Déposer les petits pois dans la poêle et les faire cuire quelques minutes.
- 11 Saler et poivrer les petits pois.
- 12 Débarrasser les petits pois dans la cocotte et mélanger à l'aide d'une spatule.
- 13 Verser un peu d'eau à hauteur puis saupoudrer un peu de sucre.
- 14 Disposer les farcis sur les petits pois, couvrir avec un couvercle et laisser cuire pendant 15 à 20 minutes.

Étape 3

Dressage

- 1** Placer un farci dans chaque assiette creuse puis les recouvrir de petits pois, de bulbes d'oignons et de lardons de jambon.
- 2** Disposer ensuite le reste des farcis sur le tout.
- 3** Assaisonner de sauce, saupoudrer de piment d'espelette et servir.