



La Mique

Régine
Rossi-Lagorce
auteur et
chroniqueuse
culinaire



INGRÉDIENTS

POUR 4 PERSONNES

200 g de farine
8 c à s d'eau tiède
4 c à c de levure de boulanger
4 c à c d'œuf battu
sel
Poivre
4 morceaux d'andouille
4 morceaux de petit salé
4 carottes
2 navets
8 à 10 feuilles de chou
ficelées ensemble par
personne

MATÉRIEL



Faitout

- 1 Diluer la levure de boulanger dans l'eau. Dans un saladier, verser la farine, le sel et remuer avec une fourchette. Ajouter le mélange eau/levure, mélanger. Ajouter l'œuf et mélanger du bout des doigts. La pâte doit être élastique et souple. Au besoin ajouter soit un peu d'eau si elle manque de souplesse ou un peu de farine si elle est trop molle. Amalgamer du bout des doigts. Recouvrir avec un linge et placer dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air. Laisser lever 1 h. La pâte est prête à être utilisée.
- 2 Pendant le temps de levée de la pâte, mettre le salé et les légumes dans un faitout, couvrir et cuire pendant 1 h.
- 3 Au bout de ce temps, ajouter l'andouille dans le faitout et y déposer délicatement la mique. Cuire à feu modéré à découvert 30 min puis à l'aide d'une écumoire tourner la mique pour que l'autre face cuise et cuire encore toujours à découvert la seconde face pendant encore 30 min. Sortir la mique et la déposer dans un plat. Dans un autre plat déposer le salé, l'andouille et les légumes et servir.