

# Comment cuisiner Le chou blanc pointu ?

**+** : riche en fibres et en vitamines C, doux, tendre et fondant

- Découper en tronçons
- Blanchir 20-25 minutes dans l'eau salée
- Égoutter
- Faire fondre une noisette de beurre et rajouter de l'ail
- Ajouter le chou blanchi
- Assaisonner
- Baisser le feu et rajouter de la crème fraîche liquide et une cuillère de moutarde à l'ancienne

*Bon appétit !*

