

Recette du Kig ha farz

- 1** Mettre l'eau à bouillir dans les marmites mettre le plat de côte dans l'eau froide pour avoir un bon bouillon et mettre le gîte dans l'eau bouillante pour avoir une bonne viande puis ajouter les légumes
- 2** Dans l'autre marmite mettre le porc et ajouter les sacs de far dans l'eau bouillante
- 3** Mélanger tous les ingrédients la pâte doit être assez épaisse
- 4** Mettre les raisins dans le far blanc
- 5** Mettre la pâte dans un sac en toile qui a été mouillé et essoré laisser du vide pour que le far gonfle.
- 6** Le ficeler et le mettre dans l'eau bouillante : far noir + far blanc plus viande de porc
- 7** Et dans une autre marmite, mettre les légumes et la viande de boeuf. Laisser cuire pendant 2 h
- 8** Le lipig : couper finement les échalotes les faire revenir dans du beurre et ajouter du bouillon pendant la cuisson les échalotes doivent être confites.
- 9** Sortir les sacs et laisser reposer le far noir 10 minutes puis le rouler pour l'émietter
- 10** Couper le far blanc en tranche
- 11** Servir le bouillon et après légumes + viande + far avec le lipig

Ingrédients :

Pour 12 personnes

Matériel :

2 marmites et 2 sacs à far en toile

Viande de porc : jarret, poitrine

Viande de boeuf : plat de côte et gîte (150 gr de viande par personne)

Légumes : 1 poireau
1 carotte 1 navet par personne

1 gros chou vert

Échalote 1kg + 250g
beurre pour le lipig

Far noir Far blanc

300g de farine de blé noir

300g froment

10cl crème fraîche 20cl
crème fraîche

25 g beurre fondu

50g beurre fondu

3 jaunes d'oeufs 6 oeufs
+blancs du far noir

Bouillon froid : lait

Sel 150g sucre

Lait pour délayer (1
verre) 50gr raisins secs
les cuire puis les fariner.



Le kig ha farz est une recette typique bretonne, il s'agit de celle de Lena, l'une de mes amies très douée en cuisine et qui nous a appris à le faire.

Crantock