

La recette. Potée bretonne au chou de Lorient

Ingrédients pour 4 personnes :

- *1 chou de Lorient*
- *4 jarretons*
- *4 saucisses*
- *200 g de poitrine fumée*
- *4 pommes de terre*
- *4 carottes*
- *1 poireau coupé en 4*
- *1 oignon*
- *2 gousses d'ails*
- *1 bouquet garni*
- *10 cl d'huile*

Préparation :

Faire revenir dans un faitout les jarretons, les saucisses et la poitrine fumée coupée en quatre. Faire colorer puis réserver.

Dégraisser, puis déglacer à l'eau.

Remettre dans le fait tout avec du sel et du poivre, le bouquet garni, l'oignon coupé en deux et les gousses d'ails.

Couvrir d'eau puis laisser cuire pendant 1 heure.

Ajouter les légumes: le chou de Lorient coupé en 4, les 4 pommes de terre, les 4 carottes et le poireau coupé en 4. Laisser mijoter 30 min environ puis retirer le tout et dresser.

Le chou de Lorient

Le chou de Lorient est une variété locale du Pays de Lorient, à mi-chemin entre le chou lisse et le chou frisé. Il est originaire de Lombardie, et a été croisé avec un chou de Vaugirard, avant de devenir suite à des sélections le « Kaol An Oriant » ou Chou de Lorient vers 1890.

On l'a cultivé essentiellement dans la région de Lorient, entre 1900 et 1980.

Il a failli disparaître, mais grâce au travail de paysans, avec la collaboration de chercheurs, il perdure encore aujourd'hui.

Une vingtaine de maraichers cultivent actuellement le chou de Lorient dans les Pays de Lorient et d'Auray. Il est issu de semences paysannes : c'est le producteur qui reproduit lui-même ses semences d'une année sur l'autre.

En 2014, le Syndicat des producteurs de chou de Lorient et le réseau Cohérence ont demandé que le légume bénéficie d'une IGP (Identification Géographique Protégée).

Pour tout savoir sur le chou de Lorient :
<http://www.choudelorient.org/>

