



- facile  
 moyen  
 difficile

## Ravioles au chou chinois

Mise en place et préparation: env. 30 min  
Pour: 32 pièces

**1 chou chinois,**  
(env. 300g)  
**1/2 c.s. d'huile**  
**1 gousse d'ail,**  
pressée  
**1/2 c.s. de persil,**  
finement haché



**1. Couper le chou chinois en fines lamelles. Réserver quelques lamelles pour le décor.**  
**2. Farce:** faire chauffer l'huile dans une casserole. Faire revenir le chou chinois et l'ail pendant env. 5 min, retirer, mettre dans un bol. Incorporer le persil, laisser refroidir.



**4 c.s. de gruyère râpé**  
**2 c.s. de panure**  
**1/2 c.c. de sel**  
un peu de poivre



**3. Ajouter le gruyère et la panure, saler et poivrer la farce, mélanger.**



**2 rouleaux de pâte à nouilles**



**4. Partager les deux abaisses de pâte à nouilles dans la longueur. Couper chaque moitié en 8 carrés de taille égale.**



**5. Déposer 1 c.c. de farce sur la moitié inférieure de chaque carré de pâte.**



**1 œuf frais,**  
battu  
**1 1/2 litre de bouillon de légumes,**  
bouillant  
**chou chinois**  
gardé en réserve

**6. Badigeonner les bords de pâte à l'œuf. Replier la moitié de la pâte sur la farce, bien presser afin de faire sortir l'air.**  
**7. Mettre les lamelles de chou chinois et les ravioles dans le bouillon, baisser la chaleur, laisser pocher env. 5 minutes.**



**Pour gagner du temps: façonner les ravioles à l'aide du «ravioletto». Dans ce cas, la quantité de farce suffit pour 4 rouleaux de pâte.**



Par personne: lipides 9g, protéines 13g, glucides 36g, 1180 kJ (281 kcal)



### Variante

«Ravioles aux aubergines» (à l'arrière): au lieu de chou chinois (à l'avant, recette à gauche), utiliser 200 g d'aubergines coupées en dés, décorer avec un peu de persil plat.