



La recette de papy Rémy
"le rougail saucisses, c'est le plat initiatique et populaire de l'île. C'est la recette la plus simple et rapide a préparer..".



Ingrédients pour 4 personnes
 500 gr de saucisses ordinaires où fumées
 .6 petites tomates mures. 3 oignons
 .2 cuil. à soupe d'huile. 4 à 10 petits piments selon votre accoutumance
 (ou préparer un rougail tomates a part pour les palais sensibles)



A feu vif Faites bouillir les saucisses dans de l'eau

- Percez a quelques endroits la peau des saucisses afin d'éliminer la salaison et le gras, attendre 10 mn de cuisson et jeter l'eau. Remettez les saucisses dans un peu d'eau froide. laissez

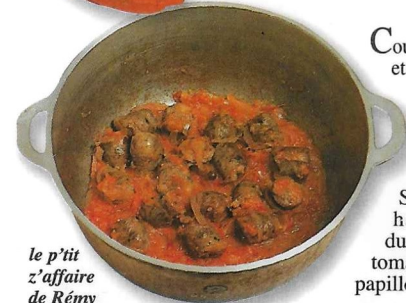
les cuire jusqu'à évaporation de l'eau Pendant ce temps hachez les oignons et tomates. Pilez les piments et le sel.- Coupez les saucisses en 3 où 4 morceaux Mettez l'huile a chauffer a feu vif dans une marmite. Mettez les saucisses et les faire revenir 3 mn Ajoutez les oignons et roussir l'ensemble.



Mettez les tomates et les épices en les mélangeant bien. Baissez le feu

le p'tit z'affaire de Rémy

Ne pas abandonner son cari sur le feu, mais mélangez en permanence et délicatement les épices et tomates Surtout ne pas rajouter d'eau dans le cari



Couvrez la marmite et baissez le feu.

Laissez cuire 20 mn en remuant délicatement de temps en temps
 Servez chaud avec haricots rouges, du riz,(et un rougail tomates a part pour les papilles fragiles)

le p'tit z'affaire de Rémy

Avant de servir disposez des fines lamelles de gros piments sur le rougail

ROUGAIL SAUCISSES

