

## Dolmas de chou aux légumes secs à la façon de Claudine

Un chou vert en saumure d'environ 1,4 kg  
(épiceries orientales)

400 g de haricots rouges cuits

300 g de pois chiche

300 g de lentilles vertes cuites

Quatre gros oignons

100 g de boulghour fin

Un filet d'huile d'olive

Dans une sauteuse, avec l'huile d'olive, faites revenir les oignons coupés en petits dés. Laissez cuire une dizaine de minutes, en remuant pour éviter une coloration : il suffit que les oignons soient translucides. Incorporez hors du feu le boulghour, les lentilles cuites, les pois chiches cuits et les haricots rouges cuits. Mélangez bien, salez et poivrez. Egouttez le chou en saumure. Détachez les feuilles. Etalez une feuille de chou sur le plan de travail. Déposez un peu de farce au centre et roulez la feuille de façon à obtenir des cigares. Disposez-les dans une marmite et posez une assiette pour lester le tout, quand vous aurez roulé toutes les feuilles de choux, pour éviter qu'elles ne se déroulent à la cuisson. Couvrez d'eau à hauteur. Dès les premiers frémissements, laissez cuire une quarantaine de minutes à feu doux.

Laissez ces dolmas de légumes secs tiédir et servez-les avec des quartiers de citron et du yaourt battu avec de la menthe ciselée.

