



## Recette du Kig a farz :

Pour une tablée de 6 personnes, il faut :

250 g de farine de sarrasin	1 pincée de gros sel
¼ de litre de lait entier	1 cuillerée de sucre
1 verre de crème fraîche	1 jarret de porc
3 œufs	700 g de poitrine salée
125 g de beurre	

Préparer la pâte du farz : dans une grande jatte, mettez la farine, le lait, les œufs, la crème fraîche, et le beurre fondu. Sucrez et salez. Mélanger le tout en battant à la cuiller en bois. Il ne faut pas remuer en tournant, mais soulevez la pâte vers vous. Travaillez celle-ci jusqu'à ce qu'elle soit lisse.

Remplissez une grosse casserole d'eau aux trois quarts, et faites bouillir.

Mettez la pâte dans un sac en coton. Fermez-le avec une ficelle. Quand l'eau bout, mettez le sac dans une casserole. Mettez aussi le jarret et la poitrine salée. Laissez cuire 3 heures à ébullition.

Au moment de servir, retirez le sac de l'eau. Exlevez la ficelle. Tenez-le fermé avec la main gauche, et écrasez la pâte en malaxant le sac avec la main droite. Servez avec le jarret et la poitrine.

Au farz et à la viande on ajoute des légumes d'accompagnement comme dans un pot-au-feu, pommes de terre, navets, choux, carottes.