

Rougail Saucisses

Cuisson en Marmite Norvégienne

Île de la Réunion pour 4 personnes

Mais pourquoi cette recette ?

Parce que c'est un plat emblématique de la Réunion ^{RE}, savoureux, épicé juste comme il faut et qui embaume toute la maison pendant des heures 😊

♥ Grâce à la marmite norvégienne, les saucisses deviennent ultra tendres, les saveurs se concentrent et vous n'avez pas besoin de surveiller la cuisson.

🔪 Préparation
15 min

🔥 Sur le feu
10 min

👤 En marmite
2 à 3 h

🕒 Temps total
env. 3 h 30



Servi à la sortie de la Marmite Norvégienne

📋 Ingrédients pour 4 personnes

- Saucisses fumées (Montbéliard ou saucisses réunionnaises) : 4
- Tomates concassées : 1 grosse boîte
- Oignons émincés : 2
- Ail haché : 2 gousses
- Gingembre frais râpé : 10 g
- Piment oiseau (facultatif) : 1 ou piments doux : 1 à 2
- Thym : 1 branche
- Huile végétale : 5 cl
- Sel, poivre

⚠️ Sécurité : le réflexe à ne pas oublier

La cocotte doit être portée à **pleine ébullition** avant d'être placée dans la marmite, puis transférée **immédiatement**, couvercle bien fermé. Au moment de servir, vérifiez que le plat est bien chaud ; en cas de doute, remettez quelques minutes à ébullition.

 La recette pas à pas

1 Sur le feu 10 min

Faire dorer les saucisses

Faites revenir les saucisses entières dans un peu d'huile pour les dorer. Retirez-les et coupez-les en rondelles épaisses.

Faire revenir les aromates

Dans la même cocotte, faites revenir oignons, ail, gingembre, thym et piment.

Assembler et mijoter

Ajoutez les tomates concassées, les rondelles de saucisses, salez et poivrez. Couvrez et laissez frémir 10 à 15 min à feu doux.

2 En marmite norvégienne 2 à 3 h *sans surveillance***Placer dans la marmite**

Placez immédiatement la cocotte dans la marmite norvégienne pour 2 à 3 h.

3 Finition & service

Servir

À la sortie, mélangez délicatement et servez bien chaud avec du riz blanc.

 L'astuce en plus

Le piment oiseau est facultatif, mais un petit peu de piquant fait tout le charme du rougail 😊. Vous pouvez aussi choisir des piments doux pour rester du côté des saveurs sans trop de chaleur. 💡 Pensez à porter des gants pour couper les piments, même doux, pour éviter les irritations ou les surprises si vous touchez vos yeux ensuite.

 Ce que la marmite norvégienne change

- Aucune crainte que ça brûle ou déborde ✨
- Une sauce concentrée, des saucisses moelleuses à cœur
- Le feu reste éteint pendant 2 à 3 h de cuisson en marmite 🪫