CHOU ROUGE A LA GRENADE

1 chou rouge
1 gros oignon rouge ou 2 plus petits
1 grenade
2-3 pommes (environ 300g)
2 cuillères à soupe de sucre
2 cuillères à soupe de vinaigre de vin rouge
Une poignée de persil (ou aneth, coriandre)
Sel de mer et poivre fraîchement moulu

Coupez le chou en deux et en quatre. Retirez le noyau épais et dur. Râpez finement le chou. Mettez-le dans une passoire et rincez-le bien. Épluchez et émincez finement l'oignon. Épluchez les pommes. Coupez-les en quatre. Coupez finement les pommes. Mélangez le sucre et le vinaigre de vin rouge dans un petit bol.
Mettez un tiers du chou au fond d'une grande cocotte, puis garnir de la moitié de l'oignon et des pommes. Saisissez. Garnir d'un autre tiers du chou, puis du reste de l'oignon et des pommes. Versez le mélange de sucre et de vinaigre. Fermez le couvercle, porter à ébullition. Une fois qu'il bout, baissez le feu. Laisser mijoter pendant 1 heure jusqu'à ce que le chou soit tendre mais pas mou.
Pendant que le chou cuit, coupez la grenade en quartiers. Retirez les graines de la peau. Retirez-les des membranes blanches. Rincez et séchez les feuilles de persil puis les hachez finement. Goûtez le chou et rectifiez l'assaisonnement. Verser dans un plat et garnir de persil et de grenade.