

# ÉPINARDS À LA CRÈME

Septembre 2007 (Révisé en janvier 2018)

## Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 1,6 Kg d'épinards frais
- ★ 2 échalotes
- ★ 40 g de beurre
- ★ 100 g de crème fraîche épaisse
- ★ 1 pincée de noix de muscade moulue
- ★ Sel fin, poivre moulu

Ustensiles : Faitout, Sauteuse, Essoreuse, Égouttoir

Préparation : 15 mn

Cuisson : 30 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 5,50 € (soit 1,38 € par personne)



## Recette :

Équeuter les épinards, ôter les plus grosses nervures, les laver dans beaucoup d'eau plusieurs fois de suite en brassant bien. Les essorer. Porter à ébullition 3 litres d'eau dans un faitout, ajouter les épinards et laisser cuire à petits bouillons 5 minutes, les égoutter et les presser pour éliminer toute l'eau. Peler les échalotes et les émincer finement. A l'aide d'un grand couteau, hacher grossièrement les épinards.

Faire fondre le beurre dans une sauteuse, ajouter le hachis d'échalotes et faire suer pendant 2 minutes en remuant, incorporer les épinards et faire sécher à feu mi-vif en remuant pendant 5 minutes. Saler, poivrer largement, ajouter la crème fraîche, bien mélanger et cuire 15 minutes à feu doux et à couvert en remuant de temps en temps. Ajouter la muscade au dernier moment. Servir en accompagnement de viande de porc, de saucisses, ...