

PURÉE DE BROCOLIS ET DE POMMES DE TERRE

Mars 2004 (Actualisé en mars 2017)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 300 g de brocolis
- ★ 600 g de pommes de terre à purée (Bintje)
- ★ 1 œuf
- ★ 100 g de crème fraîche épaisse
- ★ 15 cl de lait demi écrémé
- ★ 60 g de beurre
- ★ 1 cuillère à café de gros sel gris de Guérande
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : 2 casseroles, Presse-purée ou Moulin à légumes, Égouttoir, Jatte, Fouet

Préparation : 15 mn

Cuisson : 25 mn

Difficulté : Très facile

Coût (indicatif) : 2,50 € (soit 0,63 € par personne)



Recette :

Eplucher les pommes de terre, les couper en 4. Parer les brocolis en éliminant la partie trop coriace de la tige et détailler le bouquet en petites fleurs. Porter à ébullition une grande casserole contenant un litre et demi d'eau, ajouter le gros sel et les pommes de terre, cuire 10 minutes. Ajouter les brocolis et poursuivre la cuisson encore 10 minutes. Égoutter et passer au presse-purée (ou au moulin à légumes). Casser l'œuf et séparer le jaune du blanc. Fouetter la crème avec le jaune d'œuf. Remettre la purée dans une casserole, incorporer la préparation à l'œuf. Faire bouillir le lait et l'ajouter à la purée, mélanger, saler, poivrer et cuire en tournant sans cesse 5 minutes. Ajouter le beurre en dés et bien homogénéiser.

Réchauffer au bain-marie. Servir avec grillades, poissons meunières et plats en sauce.