



Purée de navet et saucisse de porc

Avec de jeunes pousses d'épinards, des champignons et des noisettes



Total : 30-35 min.

Sans gluten

Facile

À consommer dans les 3 jours

Avec sa jolie couleur violette, le navet a un goût qui se rapproche de celui du radis : frais et légèrement piquant. Il s'accorde parfaitement avec le côté sucré de la pomme et du poivre noir, que l'on retrouve dans la saucisse de porc de Brandt & Levie.

BIEN COMMENCER

USTENSILES

Casserole avec couvercle, 2 poêles, saladier, râpe, éplucheur, presse-purée.

Recette de **purée de navet et saucisse de porc** : c'est parti !



1 PRÉPARER

Épluchez les **pommes de terre** et les **navets**, puis coupez-les en gros morceaux. Versez de l'eau à hauteur, puis, à couvert, portez à ébullition et faites cuire à petit bouillon 15 à 18 minutes. Ensuite, égouttez et réservez sans couvercle.



2 COUPER

Émincez l'**échalote**. Coupez les **champignons** en deux, voire en quartiers pour les plus grands. Concassez les **noisettes**.



3 CUIRE LA SAUCISSE

Pendant ce temps, faites chauffer ½ cs de beurre par personne dans une poêle et, à feu moyen-vif, faites dorer la **saucisse** de chaque côté pendant 3 à 4 minutes. Couvrez et poursuivez la cuisson 8 à 10 minutes à feu doux. Retournez régulièrement.



4 CUIRE LES LÉGUMES

Pendant ce temps, faites chauffer l'autre poêle à feu moyen-vif et faites dorer les **noisettes** à sec. Réservez-les hors de la poêle. Faites chauffer l'huile d'olive dans la même poêle et faites revenir l'**échalote** 2 à 3 minutes à feu moyen. Ajoutez les **champignons** et poursuivez la cuisson 5 à 7 minutes en remuant. Salez et poivrez.



5 ASSAISONNER

Pendant ce temps, dans le saladier, mélangez les **jeunes pousses d'épinards**, l'huile d'olive vierge extra et ¼ cc de vinaigre de vin blanc par personne. Salez et poivrez. Écrasez les **pommes de terre** et les **navets** pour en faire une purée épaisse, puis ajoutez 1½ cs de beurre par personne et un filet de lait pour rendre le tout bien onctueux. Salez et poivrez.



6 SERVIR

Retirez la **saucisse** de la poêle et versez-y 50 ml d'eau et ⅛ de cube de bouillon par personne. Faites chauffer brièvement jusqu'à obtenir un jus et ajoutez de l'eau si vous en voulez plus. Servez la **purée**, versez le jus par-dessus et disposez la **saucisse** à côté. Présentez les **épinards** à côté et posez les **champignons** par-dessus. Enfin, garnissez l'ensemble avec les **noisettes**.

1 À 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Pommes de terre à chair farineuse (g)	200	400	600	800	1000	1200
Navet (g) *	100	200	300	400	500	600
Échalote (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Champignons de Paris (g) *	125	250	375	500	625	750
Noisettes (g) 8) 19) 25)	5	10	15	20	25	30
Saucisse de porc à la pomme et au poivre noir (100 g) *	1	2	3	4	5	6
Jeunes pousses d'épinards (g) *	50	100	150	200	250	300
À ajouter vous-même						
Beurre (cs)	2	4	6	8	10	12
Huile d'olive (cs)	1	2	3	4	5	6
Huile d'olive vierge extra (cs)	1	1½	2	2½	3	3½
Vinaigre de vin blanc (cc)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Cube de bouillon de bœuf (pc)	⅛	¼	⅜	½	⅝	¾
Poivre et sel	Au goût					

* Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	3600 / 861	537 / 128
Lipides total (g)	63	9
Dont saturés (g)	29,0	4,3
Glycides (g)	47	7
Dont sucres (g)	8,7	1,3
Fibres (g)	9	1
Protéines (g)	23	3
Sel (g)	2,6	0,4

ALLERGÈNES

8) Fruits à coque

Peut contenir des traces de : 19) Cacahuètes 25) Sésame

Une question ? Nous sommes disponibles 7j/7 pour y répondre : n'hésitez pas à nous contacter !