



# Pomme de terre au four et champignons sautés



**+3 Points** sur 3 portion(s) de légumes

**Temps total:** 0:45

**Préparation:** 0:05

**Cuisson:** 0:40

**Portion(s):** 1

**Difficulté:** Facile



## Ingrédients

### Pommes de terre

1 pièce(s), grand

0

### Sel iodé

1 pincée(s)

0

### Champignons de Paris, frais

250 g

0+

### Oignons de printemps

1 pièce(s)

0

### Huile de colza

1 cc

1

### Poivre

1 pincée(s)

0

### Thym

1 cc

0

### Radis

4 pièce(s)

0

## Ciboulette

2 CS, haché, ciselée

0

## Persil

1 CS, haché

0

## Skyr nature, max. 0,2% MG

150 g

2

### Instructions

- 1** Laver la pomme de terre et la faire précuire avec la peau env. 20 minutes dans l'eau salée. Préchauffer le four à 200° C (gaz : th. 3, four à air chaud : 180° C). Égoutter la pomme de terre, l'envelopper dans du papier aluminium et la déposer sur une plaque. Faire cuire au four à mi-hauteur pendant env. 20 minutes.
- 2** Couper les champignons en quatre et l'oignon de printemps en rondelles. Faire chauffer l'huile dans une poêle et y faire revenir les champignons. Ajouter l'oignon de printemps, faire revenir brièvement. Saler, poivrer, ajouter le thym.
- 3** Couper les radis en dés et les mélanger au skyr avec la ciboulette et le persil. Saler et poivrer.
- 4** Retirer la pomme de terre du four et l'inciser. Assouplir l'intérieur de la pomme de terre à l'aide d'une fourchette et y mélanger un peu de sauce. Ajouter les champignons et servir avec le reste de sauce.