



Purée Parmentier et betteraves

 Mise en place et préparation: env. 30 min

 Cuisson au four: env. 25 min

portion (1/4): 564 kcal, lip 28 g, glu 64 g, pro 17 g

Ingrédients

pour 4 personnes

800 g de betteraves rouges crues
1 c.s. d'huile d'olive
0.25 c.c. de sel
un peu de poivre
150 g de lard à rôtir en tranches

1 kg de pommes de terre à chair farineuse
eau salée, bouillante
1 dl de lait
60 g de beurre
0.25 c.c. de muscade
0.5 c.c. de sel
un peu de poivre

0.5 bouquet de thym
un peu d'huile d'olive

Comment c'est fait:

1. Préchauffer le four à 220°C. Peler les betteraves, en tailler la moitié en quartiers et le reste en dés d'env. 1½ cm, mélanger dans un grand bol avec l'huile, saler, poivrer. Répartir les betteraves sur une plaque chemisée de papier cuisson et le lard à rôtir dessus.
2. Cuisson: env. 25 min au milieu du four.
3. Peler les pommes de terre et les couper en morceaux d'env. 2 cm, cuire env. 20 min à découvert dans l'eau salée bouillante. Jeter l'eau, dessécher les pommes de terre en agitant la casserole d'avant en arrière sur la plaque éteinte jusqu'à ce qu'elles deviennent blanchâtres. Passer les pommes de terre à la moulinette par portions dans la casserole. Bien faire chauffer le lait, l'ajouter peu à peu en remuant. Couper le beurre en morceaux, l'incorporer à la purée jusqu'à obtention de la consistance voulue, assaisonner.
4. Sortir les betteraves du four, dresser avec la purée Parmentier. Effeuille le thym, répartir dessus avec l'huile.