



Bœuf

Parmentier de viande et tomates



55 min **20 min** **35 min** **0** **348**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Réalisation de la purée

- 1 Peler les pommes de terre et les découper en quartiers.
- 2 Les faire cuire dans une casserole d'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient tendres (environ 15 minutes).
- 3 Les égoutter et les déposer dans un bol. Avec un presse purée, écraser grossièrement la chair.
- 4 Ajouter le lait et l'huile d'olive. Saler et poivrer. Continuer à écraser la chair afin d'obtenir une purée lisse.
- 5 Ajouter le thym, mélanger puis réserver au chaud.

Étape 2

Réalisation du parmentier de tomates

- 1 Eplucher et émincer finement l'oignon et l'ail.
- 2 Laver et sécher les tomates puis les détailler en gros cubes.
- 3 Dans une sauteuse, faire revenir l'ail et l'oignon dans de l'huile d'olive pendant quelques minutes. Saler et poivrer.
- 4 Ajouter les cubes de tomates et le sucre. Mélanger avec une cuillère en bois. Couvrir et laisser mijoter pendant 30 minutes.

Dans une poêle. faire cuire la viande hachée avec un

Ingrédients
pour 4 personnes

Purée de pommes de terre

500 g **Pomme(s) de terre**
3 c. à soupe **Huile d'olive**
5 cl **Lait demi-écrémé**
1 branche(s) **Thym**
1 **Poivre**
1 **Sel**

Garniture à la tomate

400 g **Tomate(s)**
200 g **Boeuf haché**
1 **Gousse(s) d'ail**
1 **Oignon(s)**
1 c. à café **Sucre roux**
1 **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Finition

20 g **Parmesan**

- 5 peu d'huile d'olive. Saler et poivrer. Ajouter une cuillère à soupe de la préparation à la tomate afin de lier l'ensemble.

Étape 3

Dressage

- 1 Dans un plat à gratin, déposer une couche de purée de pommes de terre.
- 2 Recouvrir avec une couche de viande puis une préparation à la tomate.
- 3 Finir par une dernière couche de pommes de terre.
- 4 Râper le parmesan et le parsemer sur toute la surface du plat. Placer sous le gril du four pendant environ 5 minutes afin de faire fondre le fromage.