



Purées

Purée de patate douce et lait de coco



30 min 10 min 20 min 0 243

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 6 personnes

450 g **Patate(s) douce(s)**
20 cl **Lait de coco**
450 g **Pomme(s) de terre**
50 g **Beurre**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la purée de patate douce

- 1 Eplucher et couper les pommes de terre et les patates douces en morceaux de taille régulière.
- 2 Lorsque l'on réalise une purée, il est conseillé de couper les légumes à la même taille, ce qui permet d'obtenir une cuisson homogène et donc d'éviter de retrouver des morceaux trop cuits et d'autres pas encore
- 3 Faire cuire les pommes de terre dans une casserole avec de l'eau salée pendant une vingtaine de minutes. Cuire dans les mêmes conditions les patates douces pendant une quinzaine de minutes.
- 4 Egoutter bien les pommes de terre et les patates douces. Faire chauffer légèrement le lait de coco.
- 5 Passer les pommes de terre et les patates douces mélangées au presse-purée et les remettre dans la casserole. Saler et poivrer. Quand on réalise une purée avec des pommes de terre il ne faut pas la passer au mixer, on risquerait dans ce cas d'obtenir une purée épaisse et très collante.
- 6 Lorsque l'on réalise une purée avec des pommes de terre, il est déconseillé de la passer au mixer, on risquerait dans ce cas d'obtenir une purée épaisse et

très collante.

- 7** Mettre la casserole à feu moyen et ajouter le lait de coco en filet en remuant la purée constamment.
- 8** Ajouter le beurre coupé en morceaux et mélanger encore.
- 9** Rectifier éventuellement l'assaisonnement.

Étape 2

Dressage

- 1** Servir en accompagnant éventuellement d'un filet de lait de coco et de quelques pincées d'épices.