



Purées Purée de légumes racines



40 min **15 min** **25 min** **0** **158**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour **6** personnes

Étape 1

Préparation des pommes de terre

- 1 Eplucher et couper les pommes de terre en morceaux de taille régulière.
- 2 Lorsque l'on réalise une purée, il est nécessaire 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.
- 4 Egoutter bien les pommes de terre. Faire chauffer le lait.
- 5 Passer les pommes de terre au presse-purée et les remettre dans la casserole. Saler et poivrer.
- 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 en filet en remuant la purée constamment. Réserver.

400 g **Pomme(s) de terre**
100 g **Carotte(s)**
100 g **Navet**
100 g **Panais**
100 g **Rutabagas**
100 g **Topinambour**
1 **Sel**
50 g **Beurre**
5 cl **Lait entier**
1 **Poivre**

Étape 2

Préparation des autres légumes et de la purée

- 1** Pendant la cuisson des pommes de terre, peler, puis couper les autres légumes en tranches ou en cubes selon les cas mais de manière à faire des morceaux d'environ la même taille.
- 2** Mettre une casserole d'eau salée sur feu moyen et y faire cuire les légumes pendant une vingtaine de minutes. Ne pas hésiter à vérifier la cuisson et à la rectifier le cas échéant.
- 3** Egoutter les légumes en les pressant pour retirer le plus d'eau possible.
- 4** Mixer les légumes bien finement puis les ajouter à la purée de pommes de terre.
- 5** Ajouter le beurre coupé en morceaux et mélanger encore. Rectifier éventuellement l'assaisonnement.