

Légumes variés

Petits pots au maïs doux et pomme de terre



40 min 10 min 25 min 5 min 238

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 2 personnes

Préparation du petit pot de maïs

3 c. à soupe **Grains de maïs**
2 **Carotte(s)**
1 **Oignon(s)**
2 **Pomme(s) de terre**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 pincée(s) **Thym**

Étape 1

Préparation de la purée

- 1 Eplucher les pommes de terre.
- 2 Eplucher les carottes et les couper en petits morceaux.
- 3 Éplucher et émincer l'oignon. Eplucher et couper la pomme de terre.
- 4 Dans une casserole avec de l'eau, mettre la carotte lavée et épluchée avec l'oignon émincé et laisser cuire 5 mn.
- 5 Ajouter ensuite la pomme de terre et le maïs et laisser cuire environ 20 minutes.
- 6 Verser cette préparation dans le bol du mixeur plongeant. Ajouter le basilic, le thym et l'huile. Mixer et rectifier la texture avec de l'eau si nécessaire.

Étape 2

Dressage

- 1 Verser dans un ramequin et attendre que cela refroidisse avant de servir.
- 2 A partir de 18 mois, laisser quelques morceaux, parsemer

de fromage râpé et faire gratiner 5mn au four à 200°C.