

PUREE DE LEGUMES ANCIENS

Retrouvez toutes nos recettes sur www.panier-naturel.com

Facile	Coût faible
Préparation : 20 minutes	Cuisson : 30 minutes
Pour 6 personnes	1 cocotte, 1 saladier, 1 presse purée

Ingrédients :

500 gr de panais
300 gr de pommes de terres
200 gr de rutabaga
beurre, crème
Sel, poivre et muscade

Préparation :

- 1 - Eplucher et cuire les légumes environ 30 minutes dans l'eau bouillante salée.
- 2 - Egoutter et écraser les légumes dans un saladier en ajoutant un peu de beurre, de la crème, du sel et du poivre et de la muscade.
- 3 - Réchauffer, puis déposer dans l'assiette dans un emporte pièce
- 4 - Servir avec un tournedos poêlé de bœuf ou de poulet disposé dessus.