



# Jambon à l'os, purée aux petits pois et fagots de haricots verts accompagnés de pomme et de poire rôties

**FESTIN** 60 min. • À consommer dans les 5 jours



**FESTIN**



Pommes de terre à chair farineuse



Amandes effilées



Jambon à l'os



Pomme



Poire



Gousse d'ail



Échalote



Haricots verts



Ciboulette fraîche



Lard



Petits pois



Crème fouettée Crème fouettée



Chutney piquant aux oignons

## Ingrédients de base

Cube de bouillon de bœuf, huile d'olive, beurre, vinaigre de vin rouge, moutarde, poivre et sel

## Bien commencer

N'oubliez pas de bien laver et essuyer les légumes et fruits frais avant de commencer à cuisiner.

### Ustensiles

Casserole avec couvercle, plat à four, poêle, casserole en inox, plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé, presse-purée

### 1 à 6 Personnes ingrédients

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Pommes de terre à chair farineuse* (g)	250	500	750	1000	1250	1500
Amandes effilées (g) 8) 19) 25)	10	20	30	40	50	60
Jambon à l'os* (g) 10) 15) 20) 21) 23)	200	400	600	800	1000	1200
Pomme (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Gousse d'ail (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Échalote (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Haricots verts* (g)	150	300	450	600	750	900
Ciboulette fraîche* (g)	2½	5	7½	10	12½	15
Lard* (g)	12½	25	37½	50	62½	75
Petits pois* (g) 23)	25	50	75	100	125	150
Crème fouettée* (ml) 7)	100	200	300	400	500	600
Chutney piquant aux oignons* (g) 19) 22)	20	40	60	80	100	120
Poire (pc)	½	1	1½	2	2½	3
<b>À ajouter vous-même</b>						
Cube bouillon de bœuf* (ml)	25	50	75	100	125	150
Huile d'olive (cs)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Beurre (cs)	1	2	3	4	5	6
Vinaigre de vin rouge (cs)	½	1	1½	2	2½	3
Moutarde (cc)	1	2	3	4	5	6
Poivre et sel						À votre goût

\* Conserver au réfrigérateur

### Valeurs nutritionnelles

	Par portion	Pour 100 g
Énergie (kJ/kcal)	4966 / 1187	476 / 114
Lipides total (g)	58	6
Dont saturés (g)	27	2,6
Glucides (g)	103	10
Dont sucres (g)	37,1	3,6
Fibres (g)	17	2
Protéines (g)	54	5
Sel (g)	3,8	0,4

### Allergènes :

7) Lait/Lactose 8) Fruits à coque 10) Moutarde

Peut contenir des traces de : 15) Céréales contenant du gluten 19) Cacahuètes 20) Soja 21) Lait/Lactose 22) Fruits à coque 23) Céleri 25) Graines de sésame



### 1. Préparer

Préchauffez le four à 200 degrés. Préparez le bouillon. Dans la casserole, portez une grande quantité d'eau à ébullition. Épluchez ou lavez bien les **potatoes** et coupez-les en gros morceaux. Faites chauffer la poêle à feu moyen-vif et faites dorer les **amandes effilées** à sec. Réservez-les hors de la poêle.



### 4. Préparer la purée

Faites cuire les **potatoes** à l'eau 12 à 15 minutes à couvert. Égouttez-les et réservez-les sans couvercle. Écrasez-les ensuite à l'aide du presse-purée. Pour plus d'onctuosité, ajoutez 50 ml de **crème fouettée** et ½ cs de beurre par personne. Ajoutez ensuite 1 cc de moutarde par personne, le poivre, le sel et la moitié de la **ciboulette**, puis remuez bien. Ajoutez enfin les **petits pois** et mélangez bien. Maintenez ensuite au chaud à feu doux jusqu'au service.



### 2. Couper

Mettez le **jambon** dans un grand plat à four et enfournez-le 30 à 40 minutes. Retirez le trognon de la **pomme** et de la **poire**, puis coupez la chair en quartiers. Émincez ou écrasez l'**ail**. Émincez l'échalote. Équeutez les **haricots**. Ciselez la **ciboulette**.



### 5. Préparer la sauce

Faites chauffer ½ cs de beurre par personne à feu moyen-vif dans la casserole utilisée pour les **petits pois**. Faites revenir l'**échalote** et l'**ail** 2 à 3 minutes. Arrosez-les avec ½ cs de vinaigre de vin rouge par personne, le bouillon de bœuf et le **chutney d'oignons**. Laissez réduire 8 à 10 minutes Baissez le feu et ajoutez le reste de la **crème**, puis salez et poivrez et remuez bien. Réchauffez 2 à 3 minutes de plus.



### 3. Larder les haricots

Faites des fagots de **haricots** et enveloppez-les avec le **lard**. Disposez-les sur la plaque recouverte de papier sulfurisé. Arrosez-les de ¼ cs d'huile d'olive par personne, puis poivrez. Enfourez les **haricots** ainsi que la **pomme** et la **poire** lors des 15 dernières minutes de cuisson du **jambon**. Portez un fond d'eau à ébullition dans la petite casserole et ajoutez une pincée de sel. Faites cuire les **petits pois** 5 minutes. Égouttez et réservez.



### 6. Servir

Coupez le **jambon à l'os** en tranches et servez-les sur les assiettes. Accompagnez-les des **potatoes** et des **poires rôties**. Garnissez les fruits avec les **amandes effilées** et le reste de la **ciboulette**. Présentez la sauce au **chutney d'oignons** en accompagnement.

**Bon appétit !**