



Saucisse de porc à l'estragon et purée de pommes de terre et de choucroute servie avec du panais, de la pomme et un jus d'oignon maison

30 min. • À consommer dans les 5 jours



Grenailles



Panais



Choucroute



Oignon rouge



Pomme



Saucisse de porc à l'estragon et à la moutarde



Persil plat frais f

Ingrédients de base

Beurre, vinaigre balsamique blanc, bouillon de légumes, poivre et sel

Bien commencer

x

Ustensiles

Casserole avec couvercle, Passoire, Presse-purée, Poêle avec couvercle

1 à 6 Personnes ingrédients

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Grenailles (g)	200	400	600	800	1000	1200
Panais* (g)	75	150	200	300	350	450
Choucroute* (g)	100	200	300	400	500	600
Oignon rouge (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Pomme (pc)	⅓	⅔	1	1⅓	1¾	2
Saucisse de porc à l'estragon et à la moutarde* (100 g 10)	1	2	3	4	5	6
Persil plat frais* (g)	2	5	7½	10	12½	15
À ajouter vous-même						
Beurre (cs)	2	4	6	8	10	12
Vinaigre balsamique blanc (cs)	1	2	3	4	5	6
Bouillon de légumes (ml)	25	50	75	100	125	150
Poivre et sel	Au goût					

* Conserver au réfrigérateur

Valeurs nutritionnelles

	Par portion	Pour 100 g
Énergie (kJ/kcal)	2238 / 535	376 / 90
Lipides total (g)	18	3
Dont saturés (g)	6,6	1,1
Glucides (g)	60	10
Dont sucres (g)	15,5	2,6
Fibres (g)	13	2
Protéines (g)	25	4
Sel (g)	2,8	0,5

Allergènes:

10) Moutarde



1. PRÉPARATION

Portez une bonne quantité d'eau à ébullition dans une casserole avec couvercle pour les grenailles et le panais. Lavez les grenailles, coupez-les en deux - et éventuellement en quartiers pour les plus gros morceaux. Lavez ou épluchez soigneusement le panais, puis coupez-le en dés d'1 cm. Laissez la choucroute s'égoutter dans une passoire.



2. FAIRE CUIRE

Faites cuire ensuite le panais 15 minutes avec les grenailles, puis ajoutez aussi la choucroute dans les 3 dernières minutes. Égouttez le tout puis réservez sans couvercle. Conservez un peu du liquide de cuisson.



3. CUISSON

Pendant ce temps, coupez l'oignon en demi-rondelles. Faites cuire 1 cs de beurre par personne dans une poêle avec couvercle, puis faites saisir les oignons et la saucisse 2 à 3 minutes à feu moyen-vif. Couvrez et laissez cuire encore 8 à 10 minutes à feu moyen-vif. Retournez régulièrement la saucisse et mélangez les oignons.



4. PRÉPARER LE JUS

Pendant ce temps, coupez la pomme en quartiers, retirez-en le trognon et découpez-la en dés. Hachez grossièrement le persil plat. Retirez la saucisse de la poêle et réservez-la. Ajoutez - par personne - à la poêle 1 cs de vinaigre balsamique blanc et un **filet** de liquide cuisson (environ 25 ml par personne) aux oignons dans la poêle puis laissez cuire 2 à 4 minutes pour obtenir un jus.



5. PRÉPARER LA PURÉE

Pendant ce temps, réduisez grossièrement en purée les grenailles, le panais et la choucroute à l'aide d'un presse purée avec 1 cs de beurre par personne. Ajoutez la moitié du persil plat et tous les morceaux de pomme et mélangez bien le tout. Salez et poivrez à votre goût.



6. Servir

Disposez la purée sur les assiettes. Servez avec la saucisse et répartissez le jus d'oignon sur le tout. Garnissez avec le reste de persil plat.

Enjoy!

Contact

Votre avis nous intéresse ! N'hésitez à nous en faire part via notre site Internet ou nos réseaux sociaux.