



# PURÉE DE CHICORÉE AUX LARDONS

Avec des noix et du chèvre



## SYNERA TINTO

Ce Synera Tinto, aux arômes de fruits rouges mûrs et d'épices, se marie bien aux noix, aux lardons et à l'amertume de la chicorée.



Pommes de terre Musica



Noix



Lardons maigres \*



Thym séché



Chicorée frisée découpée \*



Chèvre frais \*

Total : 30-35 min.

Family

Facile

Quick & Easy

À manger dans les 3 jours

Sans gluten

La purée de chicorée aux lardons est un classique. Aujourd'hui, nous y ajoutons une touche d'originalité en y associant un autre accord bien connu : le chèvre et les noix.

# BIEN COMMENCER

## USTENSILES

Casserole avec couvercle, sauteuse et presse-purée.

Recette de **purée de chicorée aux lardons** : c'est parti !



### 1 CUIRE LES POMMES DE TERRE

Épluchez les **pommes de terre** (Musica) et découpez-les grossièrement. Dans la casserole, versez de l'eau à hauteur des **pommes de terre**, puis, à couvert, portez à ébullition et faites cuire 12 à 15 minutes. Ensuite, égouttez en conservant un peu d'eau de cuisson et réservez sans couvercle.



### 2 GRILLER LES NOIX

Concassez les **noix**. Faites chauffer la sauteuse à feu moyen-vif et faites griller les **noix** à sec jusqu'à obtenir une belle couleur dorée. Réservez.



### 3 CUIRE LES LARDONS

Dans la même sauteuse, faites rissoler les **lardons maigres** 3 à 4 minutes à feu moyen-vif jusqu'à ce qu'ils soient croquants. Ajoutez le **thym séché** et la moitié de la **chicorée**, puis poursuivez la cuisson 2 minutes ou jusqu'à ce qu'elle commence à réduire ★.



### 4 PRÉPARER LA PURÉE

Écrasez les **pommes de terre** au presse-purée pour en faire une purée épaisse. Ajoutez le beurre ainsi qu'un filet de lait ou d'eau de cuisson pour plus d'onctuosité. Ajoutez ensuite les **lardons**, la **chicorée** cuite et la moutarde.



### 5 ÉMIETTER LE CHÈVRE

Incorporez le reste de **chicorée** à la purée, puis salez et poivrez. Émiettez le **fromage de chèvre**.



### 6 SERVIR

Servez la purée sur les assiettes, garnissez avec le **chèvre** et les **noix**.

# 1 À 6 PERSONNES

## INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Pommes de terre Musica (g)	300	600	900	1200	1500	1800
Noix (g) 8) 19) 22) 25)	10	20	30	40	50	60
Lardons maigres (g) *	50	100	150	200	250	300
Thym séché (cc)	1½	3	4½	6	7½	9
Chicorée (g) 23) *	150	300	450	600	750	900
Chèvre frais (g) 7) *	40	75	100	125	150	175
Lait* (filet)	Selon le goût					
Beurre* (cs)	1	2	3	4	5	6
Moutarde* (cs)	½	1	1½	2	2½	3
Poivre et sel*	Selon le goût					

\*À ajouter vous-même | \* Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	3238 / 774	548 / 131
Lipides total (g)	46	8
Dont saturés (g)	22,1	3,7
Glucides (g)	62	10
Dont sucres (g)	7,2	1,2
Fibres (g)	9	2
Protéines (g)	24	4
Sel (g)	2,2	0,4

## ALLERGÈNES

7) Lait/lactose 8) Noix

Peut contenir des traces de : 19) Cacahuètes 22) (Autres) noix 23) Céleri 25) Sésame

Nous aimerions beaucoup savoir ce que vous pensez de HelloFresh. N'hésitez pas à nous appeler, à nous écrire ou à nous contacter via les réseaux sociaux.



#HelloFresh

www.hellofresh.nl  
www.hellofresh.be

SEMAINE 48 | 2017

## ★ CONSEIL

Si vous préférez éviter la chicorée crue, faites-la chauffer entièrement à l'étape 3.