

PURÉE DE CHOUX DE BRUXELLES

Janvier 2009 (Actualisé en mars 2018)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 800 g de choux de Bruxelles frais
- ★ 400 g de pommes de terre à purée
- ★ 2 cuillères à soupe de vinaigre blanc
- ★ 10 cl de crème fraîche épaisse
- ★ 60 g de beurre (40 + 20)
- ★ 2 cuillères à café de gros sel gris de Guérande
- ★ 1 pincée de noix de muscade moulue
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Bassine, 2 casseroles, Poêle, Presse-purée/Moulin à légumes, Égouttoir

Préparation : 15 mn

Cuisson : 30 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 3,10 € (soit 0,78 € par personne)



Recette :

Parer les choux de Bruxelles : éliminer le talon dur et les feuilles jaunies ou tachées. Les placer quelques minutes dans une bassine d'eau froide avec le vinaigre, les rincer puis les égoutter. Éplucher les pommes de terre, les rincer à l'eau fraîche et les couper en gros morceaux. Porter à ébullition une casserole d'eau avec 1 cuillère à café de gros sel, y plonger les pommes de terre et cuire 25 minutes. En même temps porter à ébullition une seconde casserole d'eau, ajouter les choux de Bruxelles et les blanchir pendant 5 minutes. Les égoutter, remplir à nouveau la casserole avec de l'eau et le reste de gros sel, porter à ébullition, ajouter les choux et cuire à petits bouillons 20 minutes. Égoutter choux de Bruxelles et pommes de terre.

Dans une poêle, faire fondre à feu mi-doux 40 g de beurre, ajouter les choux de Bruxelles et laisser suer 5 minutes en remuant. Passer les deux légumes au presse-purée ou au moulin à légumes, ajouter la crème fraîche, la muscade et le reste du beurre en dés, saler, poivrer et bien homogénéiser. Si la purée est trop liquide, la sécher dans une casserole à feu doux en tournant sans cesse.

Servir aussitôt ou réchauffer au bain-marie. Accompagne les volailles rôties, le rôti ou les côtes de porc, la saucisse de Toulouse, de Montbéliard, de Morteau,

 Lorsque ce n'est pas la saison (Mars à septembre) on peut utiliser des **choux de Bruxelles** surgelés.