

Écrasée de patates douces

Garniture pour 4 personnes

Mise en place et préparation:
env. 35 min

1 c.s. de beurre

700 g de patates douces,
en morceaux

300 g de pommes de terre
à chair farineuse,
en morceaux

2 dl de bouillon
de légumes

50 g de beurre, en morceaux

un peu de muscade

sel, poivre, selon goût

Faire fondre le beurre dans une casserole.
Faire revenir les pommes de terre env. 3 minutes.
Verser le bouillon, laisser mijoter à couvert
env. 20 min sur feu doux. Éloigner la casserole
du feu, écraser les pommes de terre avec un
presse-purée. Ajouter le beurre, mélanger, ajou-
ter la muscade, rectifier l'assaisonnement.

Préparation à l'avance: env. 1 h avant de ser-
vir. Réserver à couvert. Au moment de servir,
bien faire chauffer en remuant avec un peu de
beurre.

Portion: 315 kcal, lip 15 g, glu 39 g, pro 4 g

