



WINE BOX

**Masan blanc**

Ce blanc s'accorde à merveille avec ce plat tout en fraîcheur où le panais développe des notes terreuses et la pomme des arômes fruités.



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

SEMAINE 01  
2016

Prenez votre plat en photo et partagez-la sur Une surprise attend les plus belles photos !

## Purée de choucroute au panais, à la pomme et aux noix de pécan

Au fromage mi-vieux

Cette célèbre purée de choucroute doit sa douceur au panais, à la pomme et aux raisins secs. Associés au fromage mi-vieux et aux noix de pécan, c'est un pur régal. Bref, une purée légèrement sucrée qui ravira toute la famille !



30-35 min



facile



à manger dans les 5 jours



végétarien



plait aux enfants



sans gluten

conserver au réfrigérateur



Fromage à gratiner



Choucroute



Panais



Pommes de terre Maritima



Pomme Elstar



Raisins secs



Noix de pécan

## Ingrédients

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Pommes de terre Maritima (g)	200	400	600	800	1000	1200
Panais (g)	150	300	450	600	750	900
Pomme Elstar (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Noix de pécan (g) <b>8) 19) 22)</b>	15	30	45	60	75	90
Raisins secs (g) <b>19) 22)</b>	15	30	45	60	75	90
Choucroute (g)	250	500	750	1000	1250	1500
Fromage mi-vieux (g) <b>7)</b>	40	75	100	125	150	175
Beurre (cs)*	¾	1½	2¼	3	3¾	4½
Lait*	Un filet					
Poivre et sel*	Selon le goût					

\* À ajouter vous-même

## Allergènes

**7)** Lait/lactose **8)** Noix  
Peut contenir des traces de  
**19)** cacahuètes et  
**22)** noix.

## Ustensiles

Grande casserole avec couvercle, passoire, presse-purée

**Valeurs nutritionnelles** 745 kcal | 20 g protéines | 79 g glucides | 32 g lipides dont 14 g saturés | 20 g fibres



**1** Préchauffez le four à 200 degrés. Pour les pommes de terre et le panais, portez à ébullition 400 ml d'eau par personne dans la casserole.

**2** Lavez ou épluchez les pommes de terre (Maritima) et découpez-les en quartiers. Découpez le panais en fines rondelles de même taille. Dans la casserole, faites cuire les pommes de terre et le panais à couvert pendant 15 minutes. Ensuite, égouttez en conservant un peu d'eau de cuisson et retirez le couvercle.



**3** Entre-temps, découpez la pomme (avec la peau) en petits morceaux. Hachez grossièrement les noix de pécan et les raisins secs, puis égouttez la choucroute dans une passoire.

**4** Écrasez les pommes de terre et le panais à l'aide du 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.



**5** Ensuite, mélangez les raisins secs, la choucroute, le fromage ainsi que la majeure partie de la pomme et des noix de pécan à la purée. Salez et poivrez.

**6** Servez la purée de choucroute sur les assiettes, puis garnissez du reste de pomme et de noix de pécan.



**Conseil !** Égouttez bien la choucroute dans la passoire pour que la purée ne soit pas trop aqueuse !

Si les enfants souhaitent participer à la préparation, servez les morceaux de pommes et les noix de pécan dans des bols et laissez-les garnir leur plat eux-mêmes !