La purée de pomme de terre et chou vert

Les ingrédients pour 2/3

- 4/ 5 pommes de terre environ 400 grs
- 1/4 de chou vert environ 300 grs
- 1 oignon
- sel poivre
- huile olive





Coupe et découpe….

En tous petits morceaux , le chou et l’oignon, et après les avoir épluchées, les pommes de terrre en dés.

On fait cuire les pommes de terre épluchées et coupées en morceaux dans une casserole d’eau bouillante, environ 20 mins.

Quand elle sont cuites, un bon coup de fourchette pour les écraser avec un peu d’huile d’olive. Si vous souhaitezune purée plus crémeuse, ajoutez un fond de lait.

En même temps, dans une poêle, à feu doux: maximum 4, on fait dorer l’oignon et le chou, pendant 15 a 20 mins, jusqu’à ce que ce mélange soit bien tendre.



On mélange la purée de pommes de terre et le contenu de la poêle, et on s’étonne de ce bon mix, pour une purée qui change.

Difficulté 1

Préparation 10 mins

Cuisson 20 mins