

HACHIS PARMENTIER DE BOEUF

PRISCA MORJON



Préparation

15 min

Cuisson

45 min

Personnes

4

Ingrédients

800g de steak haché frais
4 pommes de terre
1 christophine
25g de beurre doux tempéré
3 branches d'oignons pays
3 branches de persil frais
1 branche de thym frais
1 feuille de bois d'inde
3 piments végétariens
1 tomates
50cl de bouillon de boeuf
3 cuillères à soupe d'huile d'olive
50g de farine de manioc

Préparation

Cuire la christophine et les pommes de terres entières dansun grand volume d'eau durant 40 minutes.
Hacher finement les oignons pays, le persil, l'oignon, le persil, les piments végétariens et les feuilles de thym. Les faire revenir dans l'huile chaude jusqu'à coloration puis incorporer le boeuf haché.
Faire revenir 10 minutes. Couper la tomates en petits dés. L'ajouter au boeuf avec la feuille de bois d'inde et le bouillon de boeuf.
Laisser mijoter à feu doux 20 minutes en mélangeant régulièrement.
Peler les pommes de terre cuites et prélever la chair de la christophine.
Écraser au presse-purée et en incorporant le beurre. Saler et poivrer.
Faire dorer la farine de manioc dans le reste du beurre pouropter une chapelure brune.
Dresser le parmentier en dressant la purée dans le fond du plat. Ajouter la viande puis couvrir avec le reste de de la purée. Assaisonner au sel et poivre.
Saupoudrer de farine de manioc.
Enfourner à 220°C durant 10 minutes.

Environ **4,50€**
PAR PERSONNE

