



Ecrasé à l'ail frit et au chou-fleur

Recette de V-ZUG SA



Préparation	15 min
Temps de cuisson	16 min
Portions	4
Appareil	Combi-Steam MSLQ

Préparation

250 g de pommes de terre, farineuses, de taille moyenne

350 g de chou-fleur

5 gousses d'ail, pelées

Eplucher les pommes de terre, les couper en quatre et les placer dans le bac de cuisson perforé en plastique. Laver le chou-fleur, le diviser en bouquets et l'ajouter avec l'ail aux pommes de terre dans le bac de cuisson.

Insérer le bac sur le plat en verre dans l'espace de cuisson froid. Cuire à la vapeur.

PowerDämpfen 100 °C pendant 16 min

20 g de beurre, fondu

1 cs de ciboulette

Sel

Poivre

Ciseler finement la ciboulette.

Mettre les pommes de terre et le chou-fleur cuits à la vapeur dans un saladier, réserver l'ail cuit à la vapeur. Les écraser au presse-purée et incorporer le reste des ingrédients en mélangeant. Saler et poivrer.

2 cs d'huile d'olive

Ecraser légèrement l'ail cuit, le faire dorer dans l'huile d'olive, ajouter à l'écrasé.

Accessoires

Plat en verre trempé

Bac de cuisson perforé en plastique 1/3 GN, hauteur 52 mm

Informations complémentaires

Créée le

11.12.2019

