



Hachis Parmentier

Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Dans une casserole, faites chauffer la quantité d'eau et de lait nécessaire pour faire une purée pour 4 personnes.



1

Mon conseil

Le mélange de chapelure, lait et oeuf donne du moelleux à la viande. Si je n'ai pas de chapelure, j'écrase 2 tranches de pain rassis et je le fais tremper dans un peu de lait.



2

Mélangez et laissez reposer. Dans une poêle, faites chauffer l'huile, ajoutez l'ail et l'oignon. Remuez jusqu'à ce que l'oignon soit fondu. Salez, poivrez, ajoutez la pincée de muscade et le sachet de purée.



3

Ajoutez la viande hachée et le persil. Laissez cuire la viande jusqu'à ce qu'elle soit saisie. Salez et poivrez. Battez dans un bol, 2 cuillerées à soupe de chapelure, le lait avec l'oeuf. Versez sur la viande.



4

Mon marché

Appuyez sur la tomate, il ne doit pas y rester la trace du doigt.

Saison :

• de juin à septembre.

Mon menu

Accompagnement :

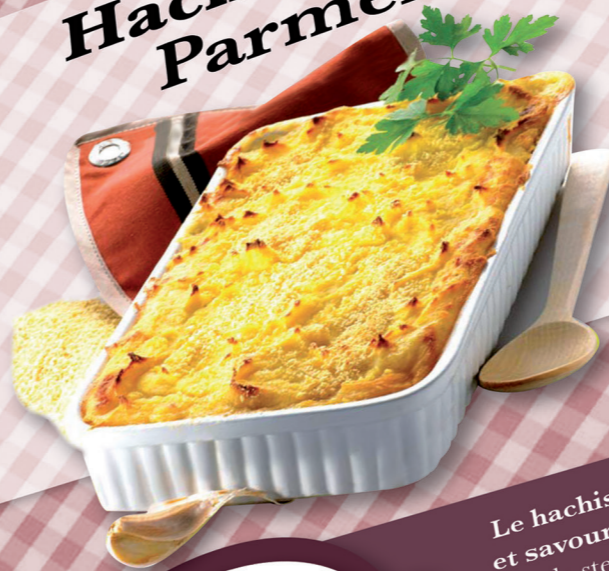
- salade verte
- poêlée de légumes de saison

Accord vin :

- rosé

Beurrez un plat à gratin. Répartissez la viande dans un plat à gratin. Puis, recouvrez de purée. Faites des stries avec une fourchette. Parsemez du reste de chapelure. Enfourez 20 minutes puis terminez sous le gril du four 1 minute.

Hachis Parmentier



Viande

Ingrédients

pour 4 personnes

- 500 g de boeuf haché
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 sachet de purée prête à l'emploi (eau + lait)
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 cuil. à café de persil ciselé
- 1 oeuf
- 1 pincée de muscade
- 4 cuil. à soupe de lait
- sel, poivre
- 4 cuil. à soupe de chapelure

Le hachis est un plat complet et savoureux, plus élaboré qu'un simple steak purée. Il est ici réalisé en version simplifiée et très rapide. Parfait pour un soir de semaine, lorsque l'on a très peu de temps devant soi pour régaler tout le monde !

Préparation 20 min. • Cuisson 30 min. • Difficulté ★ • Coût €

Viandes

Volailles et lapin

Légumes, pâtes et riz

Gâteaux et mignardises

Crèmes et desserts aux fruits



Hachis Parmentier

Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Dans une casserole, faites chauffer la quantité d'eau et de lait nécessaire pour faire une purée pour 4 personnes.



Mélangez et laissez reposer. Dans une poêle, faites chauffer l'huile, ajoutez l'ail et l'oignon. Remuez jusqu'à ce que l'oignon soit fondu. Salez, poivrez, ajoutez la pincée de muscade et le sachet de purée.



Ajoutez la viande hachée et le persil. Laissez cuire la viande jusqu'à ce qu'elle soit saisie. Salez et poivrez. Battez dans un bol, 2 cuillères à soupe de chapelure, le lait avec l'oeuf. Versez sur la viande.



Beurrez un plat à gratin. Répartissez la viande dans un plat à gratin. Puis, recouvrez de purée. Faites des stries avec une fourchette. Parsemez du reste de chapelure. Enfouissez 20 minutes puis terminez sous le gril du four 1 minute.



Mon conseil
Le mélange de chapelure, lait et oeuf donne du moelleux à la viande. Si je n'ai pas de chapelure, j'écrase 2 tranches de pain rassis et je le fais tremper dans un peu de lait.

Mon menu
Accompagnement :
• salade verte
• poêlée de légumes de saison
Accord vin :
• rosé

Mon marché
Appuyez sur la tomate, il ne doit pas y rester la trace du doigt.
Saison :
• de juin à septembre.

Viande



Préparation 10 min. • Cuisson 25 min. • Difficulté ★ • Coût €

Hachis Parmentier

Le hachis est un plat complet et savoureux, plus élaboré qu'un simple steak purée. Il est ici réalisé en version simplifiée et très rapide. Parfait pour un soir de semaine, lorsque l'on a très peu de temps devant soi pour régaler tout le monde !

Ingrédients pour 4 personnes

- 500 g de boeuf haché
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 sachet de purée prête à l'emploi (eau + lait)
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 cuil. à café de persil ciselé
- 1 oeuf
- 1 pincée de muscade
- 4 cuil. à soupe de lait
- 4 cuil. à soupe de chapelure
- sel, poivre

- Viandes
- Volailles et lapin
- Légumes, pâtes et riz
- Gâteaux et mignardises
- Crèmes et desserts aux fruits