



Hachis Parmentier

- Les ingrédients en italique sont facultatifs
- cac = cuillère à café = 5 ml, cas = cuillère à soupe = 15 ml

Pour 1300 gr soit 4 personnes

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes à 200°

Ingrédients :

- 925 gr de purée au choix :
 - 125 gr de purée lyophilisée + 400 ml d'eau + 400 ml de lait végétal
 - 750 gr de pommes de terre (600 gr après épluchage) + 325 ml de lait végétal
- 4 cas d'huile
- 1 oignon
- 250 gr de Viande Hachée ([voir recette sur le site](#))
- 140 gr de sauce tomate
- 3 petites biscottes
 - ou 20 gr de chapelure



Préparation :

1. Préparer la purée
 1. Soit mélanger la purée lyophilisée avec l'eau chaude et le lait
 2. Soit éplucher les pommes de terre (il en restera environ 600 gr et 150 gr de pelures à jeter), émincer finement à l'aide d'un hachoir et les cuire 20 mn à la vapeur (ou les couper en 4 et les cuire 30 mn à l'eau), puis les écraser et ajouter le lait
2. Ajouter l'huile à la purée
3. Dans un wok huilée, faire revenir les oignons 3 minutes puis ajouter la viande hachée et la sauce tomate, mélanger et laisser mijoter 5 minutes
4. Dans un plat à bords hauts, mettre la moitié de la purée, ajouter le contenu du wok (oignon + haché + sauce tomate), puis mettre la deuxième moitié de purée
5. Recouvrir de la chapelure
6. Laisser cuire au four 20 minutes à 200°