

# Hachis parmentier vert



www.audalacuisine.com

## ✓ Ingrédients :

- 600 g de brocoli
- 4 petites pommes de terre
- 200 ml de crème fraîche liquide
- 1 œuf
- 3 cs de chapelure
- 400 g de viande hachée
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- sel, poivre
- cumin, cannelle, curry
- huile d'olive
- emmental râpé



## ✓ Préparation :

Éplucher les pommes de terre, détailler le brocoli en petits bouquets, les laver. Faire cuire le tout dans de l'eau bouillante 20 à 25 minutes .

Lorsque les légumes sont cuits, les réduire en purée. Ajouter la crème fraîche, l'œuf, la chapelure, et bien mélanger. Saler et poivrer.

Dans une poêle faire revenir dans une cuillère à soupe d'huile l'oignon finement émincé, l'ail écrasé. Ajouter la viande hachée et verser un demi verre d'eau.

Saler, poivrer. Ajouter deux pincées de cumin, une pincée de cannelle et une pincée de curry. Laisser cuire jusqu'à évaporation totale de l'eau.

Préchauffer le four à 200°C.

Huiler un moule à gratin. Verser la moitié de la purée, mettre dessus la viande hachée cuite et couvrir par l'autre moitié de purée. Parsemer de fromage râpé et enfourner pour 15 à 20 minutes.

Servir bien chaud accompagné d'une salade.

www.audalacuisine.com