



Jambon à l'os, purée aux petits pois et fagots de haricots verts accompagnés de pomme et de poire rôties

FESTIN 60 min. • À consommer dans les 5 jours



FESTIN



Pommes de terre à chair farineuse



Amandes effilées



Jambon à l'os



Pomme



Poire



Gousse d'ail



Échalote



Haricots verts



Ciboulette fraîche



Lard



Petits pois



Crème fouettée Crème fouettée



Chutney piquant aux oignons

Ingrédients de base

Cube de bouillon de bœuf, huile d'olive, beurre, vinaigre de vin rouge, moutarde, poivre et sel

Bien commencer

N'oubliez pas de bien laver et essuyer les légumes et fruits frais avant de commencer à cuisiner.

Ustensiles

Casserole avec couvercle, plat à four, poêle, casserole en inox, plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé, presse-purée

1 à 6 Personnes ingrédients

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Pommes de terre à chair farineuse* (g)	250	500	750	1000	1250	1500
Amandes effilées (g) 8) 19) 25)	10	20	30	40	50	60
Jambon à l'os* (g) 10) 15) 20) 21) 23)	200	400	600	800	1000	1200
Pomme (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Gousse d'ail (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Échalote (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Haricots verts* (g)	150	300	450	600	750	900
Ciboulette fraîche* (g)	2½	5	7½	10	12½	15
Lard* (g)	12½	25	37½	50	62½	75
Petits pois* (g) 23)	25	50	75	100	125	150
Crème fouettée* (ml) 7)	100	200	300	400	500	600
Chutney piquant aux oignons* (g) 19) 22)	20	40	60	80	100	120
Poire (pc)	½	1	1½	2	2½	3
À ajouter vous-même						
Cube bouillon de bœuf* (ml)	25	50	75	100	125	150
Huile d'olive (cs)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Beurre (cs)	1	2	3	4	5	6
Vinaigre de vin rouge (cs)	½	1	1½	2	2½	3
Moutarde (cc)	1	2	3	4	5	6
Poivre et sel						À votre goût

* Conserver au réfrigérateur

Valeurs nutritionnelles

	Par portion	Pour 100 g
Énergie (kJ/kcal)	4966 / 1187	476 / 114
Lipides total (g)	58	6
Dont saturés (g)	27	2,6
Glucides (g)	103	10
Dont sucres (g)	37,1	3,6
Fibres (g)	17	2
Protéines (g)	54	5
Sel (g)	3,8	0,4

Allergènes :

7) Lait/Lactose 8) Fruits à coque 10) Moutarde

Peut contenir des traces de : 15) Céréales contenant du gluten 19) Cacahuètes 20) Soja 21) Lait/Lactose 22) Fruits à coque 23) Céleri 25) Graines de sésame



1. Préparer

Préchauffez le four à 200 degrés. Préparez le bouillon. Dans la casserole, portez une grande quantité d'eau à ébullition. Épluchez ou lavez bien les **potatoes** et coupez-les en gros morceaux. Faites chauffer la poêle à feu moyen-vif et faites dorer les **amandes effilées** à sec. Réservez-les hors de la poêle.



4. Préparer la purée

Faites cuire les **potatoes** à l'eau 12 à 15 minutes à couvert. Égouttez-les et réservez-les sans couvercle. Écrasez-les ensuite à l'aide du presse-purée. Pour plus d'onctuosité, ajoutez 50 ml de **crème fouettée** et ½ cs de beurre par personne. Ajoutez ensuite 1 cc de moutarde par personne, le poivre, le sel et la moitié de la **ciboulette**, puis remuez bien. Ajoutez enfin les **petits pois** et mélangez bien. Maintenez ensuite au chaud à feu doux jusqu'au service.



2. Couper

Mettez le **jambon** dans un grand plat à four et enfournez-le 30 à 40 minutes. Retirez le trognon de la **poire** et de la **poire**, puis coupez la chair en quartiers. Émincez ou écrasez l'**ail**. Émincez l'échalote. Équeutez les **haricots**. Ciselez la **ciboulette**.



5. Préparer la sauce

Faites chauffer ½ cs de beurre par personne à feu moyen-vif dans la casserole utilisée pour les **petits pois**. Faites revenir l'**échalote** et l'**ail** 2 à 3 minutes. Arrosez-les avec ½ cs de vinaigre de vin rouge par personne, le bouillon de bœuf et le **chutney d'oignons**. Laissez réduire 8 à 10 minutes Baissez le feu et ajoutez le reste de la **crème**, puis salez et poivrez et remuez bien. Réchauffez 2 à 3 minutes de plus.



3. Larder les haricots

Faites des fagots de **haricots** et enveloppez-les avec le **lard**. Disposez-les sur la plaque recouverte de papier sulfurisé. Arrosez-les de ¼ cs d'huile d'olive par personne, puis poivrez. Enfourez les **haricots** ainsi que la **poire** et la **poire** lors des 15 dernières minutes de cuisson du **jambon**. Portez un fond d'eau à ébullition dans la petite casserole et ajoutez une pincée de sel. Faites cuire les **petits pois** 5 minutes. Égouttez et réservez.



6. Servir

Coupez le **jambon à l'os** en tranches et servez-les sur les assiettes. Accompagnez-les des **potatoes** et des **poires rôties**. Garnissez les fruits avec les **amandes effilées** et le reste de la **ciboulette**. Présentez la sauce au **chutney d'oignons** en accompagnement.

Bon appétit !