

Pâté chinois aux patates douces

8 portions

Matériel nécessaire :

- ❖ couteau Économe
- ❖ grande casserole
- ❖ passoire
- ❖ presse-purée
- ❖ casserole moyenne
- ❖ cuillère en bois
- ❖ plat à gratin

Ingrédients :

- ❖ 6 pommes de terre (1 litre pelées)
- ❖ 2 patates douces (500 ml pelées)
- ❖ 150 à 250 ml de lait
- ❖ 50 ml de beurre
- ❖ 1 oignon
- ❖ 15 ml d'huile d'olive
- ❖ 600 g de bœuf haché maigre
- ❖ 30 ml de ketchup
- ❖ 1 boîte de petits pois et carottes (en 398 ml)
- ❖ 1 boîte de maïs en grains (en 199 ml)
- ❖ 1 boîte de maïs en crème (en 284 ml)
- ❖ 150 g de fromage suisse râpé (facultatif)

Méthode :

Éplucher les légumes

Peler et laver les pommes de terre et les patates douces. Trancher les pommes de terre et les patates douces, puis les déposer dans une casserole, verser de l'eau froide de façon à les immerger. Cuire pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que les pommes de terre et les patates douces soient cuites.

Préparer la purée

Égoutter les légumes, puis les redéposer dans la casserole. Chauffer le lait au micro-ondes. Piler les pommes de terre et les patates douces avec le presse-purée tout en ajoutant le beurre et le lait progressivement. Assaisonner de sel et poivre.

Garniture

Couper l'oignon en petits dés. Égoutter les petits pois aux carottes. Chauffer l'huile d'olive dans une casserole, ajouter l'oignon, laisser cuire jusqu'à ce qu'il commence à brunir, puis ajouter la viande. Cuire pendant 5 minutes en remuant constamment (la viande doit être bien cuite). Retirer la casserole du feu en prenant soin de retirer le surplus de gras, puis ajouter le ketchup, les petits pois aux carottes et le maïs en grains. Assaisonner de sel et de poivre.

Préchauffer le four

Cuisson

Verser la viande dans le fond du plat à gratin, bien égaliser. Napper de maïs en crème puis recouvrir de purée. Parsemer le fromage sur la surface. Cuire au four à 180° C (350°F) pendant 15 minutes et procéder au gratin en passant au mode « grill » du four de façon à le faire dorer.

Dressage

Servir à la cuillère et accompagner d'un peu de ketchup et décorer avec des tortillas.

Variante : On peut remplacer la viande de bœuf par du veau haché, ajouter plus de légumes comme les poivrons, les courgettes, etc.