



# Parmentier végétarien brocoli et pleurotes



**Temps de préparation** : 50 min / **Temps de cuisson** : 35 min

**Difficulté** : facile / **Nombre de personnes** : 4



## INGRÉDIENTS COUCHE PURÉE

- 500 g de pommes de terre à purée (bintje)
- 1 brocoli
- 2 càs de crème végétale (soja)
- 1 pincée de muscade moulue
- 3 càs de lait végétal (soja, riz ou avoine)
- sel et poivre

## INGRÉDIENTS COUCHE INFÉRIEURE

- 3 échalotes
- 1 carotte
- 1 branche de céleri
- 2 feuilles de laurier
- 1 branche de romarin
- 1 c.à.c de paprika fumé
- 150 g de champignons de Paris
- 150 g de pleurotes
- 3 gousses d'ail
- 1 bouillon cube de légumes
- 1 càs de levure maltée
- 1 càs de farine T65



## PRÉPARATION



### PRÉPARER LA PUREE

- Eplucher et couper grossièrement les pommes de terre. Couper le brocoli
- Les faire cuire à la vapeur env 25 min ou jusqu'à ce qu'ils soient fondants.
- Les écraser avec le reste des ingrédients. Ajuster la quantité de crème et de lait en fonction de la consistance souhaitée

### PRÉPARER LA COUCHE INFÉRIEURE

- Emincer finement les échalotes, la carotte et le céleri.
- Les faire revenir 6-7 min dans la cocotte avec 3 càs d'huile d'olive, le romarin, le laurier et le paprika fumé (feu moyen)
- Pendant ce temps, hacher les champignons de Paris et détailler les pleurotes en lamelles.
- Les ajouter à la cocotte avec un bouillon de légumes et les gousses d'ail grossièrement hachées
- Couvrir et faire cuire 25 min en remuant de temps en temps
- En fin de cuisson, ajouter la levure maltée et le farine

### PRÉPARER LE PARMENTIER

- Préchauffer le four à 190° C
- Aplanir le contenu de la cocotte et verser la purée par-dessus
- Vous pouvez dessiner un motif à l'aide d'une fourchette, puis enfourner pour 30 min. Vous pouvez éventuellement passer en mode grille pour les 5 dernières minutes.
- Laisser tiédir avant de déguster

*bon appétit !*