



LA BELLE VIE

**Tous les ingrédients pour passer
derrière les fourneaux**

Hachis Parmentier

👥 Pour 4 personnes | **😊 Très facile****🕒 65 min** | **2.91€ La portion** (prix indicatif)

Le plat doudou et familial par excellence. De la bonne purée et du boeuf haché pour un succulent hachis parmentier.

Suggestions pour pimper votre hachis : ajoutez de la chapelure sur le dessus avant de faire gratiner. Vous pouvez aussi ajouter des champignons dans la farce : utilisez-en 50 g coupés en morceaux que vous ajouterez en même temps que les oignons.

Les ingrédients

- **600 g** de Pomme de terre pour purées, frites
- **350 g** de Viande de boeuf hachée
- **0.5 pièce** de Oignon jaune
- **0.5 pièce** de Carotte
- **20 g** de Beurre doux
- **60 ml** de Lait demi écrémé
- **1 c à s** de Concentré de tomate
- **1 gousse** de Ail
- **40 g** de Emmental rapé

Étapes de préparation

**Préparation : 20 min****Cuisson : 45 min****Attente : 0 min**

- 1 Épluchez 600 g de pommes de terre. Coupez-les en cubes de 2,5 cm.
- 2 Placez-les dans une casserole, versez de l'eau pour les submerger et ajoutez ½ càs de sel.
- 3 Portez à ébullition et faites cuire à petits frémissements entre 8 et 10 minutes.
- 4 Pendant la cuisson des pommes de terre, ciselez la moitié d'un oignon. Épluchez et coupez une moitié de carotte en petits cubes de 5 mm.

- 5 Vérifiez que les pommes de terre sont cuites en y enfonçant un couteau sans force. Égouttez et mettez-les dans un saladier. Écrasez pendant que c'est encore chaud. Vous pouvez utiliser une fourchette ou un moulin à légumes.
- 6 Ajoutez 20 g de beurre et 60 ml de lait. Mélangez en écrasant le beurre. Les pommes de terre encore chaudes le feront rapidement fondre.
- 7 Poivrez et salez si besoin.
Astuce : ajoutez un jaune d'œuf pour encore plus d'onctuosité.
Filmez la purée pendant la préparation de la viande.
- 8 Faites chauffer un filet d'huile d'olive dans une poêle. Ajoutez l'oignon et faites cuire pendant environ 3 minutes jusqu'à ce qu'il soit translucide
- 9 Râpez une gousse d'ail et ajoutez 1 càs de concentré de tomates. Mélangez pendant une minute.
Si vous consommez de l'alcool, vous pouvez déglacer avec 1 càs de Madère ou de Porto.

Astuce pour éviter d'avoir une farce trop liquide : ajoutez 1 càs de farine et faites cuire 30 secondes en mélangeant.

- 10 Versez 150 ml d'eau, les carottes et si vous en avez ½ càc de fond de veau ou de bouillon. A défaut de bouillon, salez.
- 11 Portez à ébullition à feu moyen puis ajoutez 350 g de bœuf haché. Continuez la cuisson à feu doux 10 à 15 minutes pour faire cuire le bœuf. Remuez de temps en temps.
Si la farce est encore trop liquide, vous pouvez ajouter 1 càc de maïzena puis faire cuire une trentaine de secondes
- 12 Préchauffez votre four en fonction grill (à 230°C) pendant que la viande cuit
- 13 Après 15 minutes, vérifiez l'assaisonnement et salez et poivrez si nécessaire. Versez la farce dans le fond du plat. Ajoutez la purée et lissez le dessus
- 14 Parsemez avec 40 g de fromage râpé.
- 15 Enfournez entre 5 et 8 minutes pour faire gratiner.
- 16 Laissez refroidir 5 minutes avant de déguster.