

recette salée

HACHIS PARMENTIER VÉGÉTARIEN DE PATATE DOUCE

🕒 25 minutes

🕒 20 + 20 minutes

👥 4-6 personnes

Ingredients

2 patates douces de taille moyenne (entre 700 et 750 g)
400 g de seitan (ou de tofu) haché
2 belles tomates fraîches (ou une dizaine de champignons châtaigne)
100 g de roquefort (ou autre fromage bleu)
100 ml de crème de coco (ou de soja)
2 échalotes
2 cs. d'huile de sésame
3 cs. de tamari (ou de sauce soja)
Sel et poivre

Préparation

Découper les patates douces en bouchées grossières et les cuire à la vapeur durant une vingtaine de minutes.

Pendant ce temps-là, éplucher et hacher les échalotes. Dans une grande poêle, faire chauffer sur feu doux l'huile de sésame et le tamari. Ajouter les échalotes hachées et laisser dorer 5 minutes.

Couper les tomates (ou les champignons) en petits dés. Ajouter le seitan haché dans la poêle, bien mélanger, puis incorporer les dés de tomates. Laisser cuire une dizaine de minutes sur feu moyen. Mélanger régulièrement.

Une fois les patates cuites, les égoutter et ôter la peau à l'aide d'un couteau. Après cuisson à la vapeur, la peau des patates douces se détache très facilement de la chair. Réunir les morceaux de patate douce dans un saladier et les réduire en purée à l'aide d'un presse-purée. Ajouter la crème de coco et bien mélanger. Saler, poivrer.

Préchauffer le four à 190 degrés.

Couper le roquefort en cubes.

Transvaser le contenu de la poêle dans un plat à gratin légèrement huilé. Recouvrir le tout de la purée de patate douce. Répartir ensuite les cubes de roquefort sur le hachis parmentier. Enfourner pour 20 minutes.

Déguster bien chaud, éventuellement agrémenté de ciboulette ciselée et de graines de courge.

