Intitulé du plat	Type de plat
Purée de panais avec/sans p.d.t – carottes – chou-fleur,…	

Fiche technique de fabrication-bon économat.

N° de référence		Nombre de couverts
		4

Denrées	Unité	Qté
Panais frais	kg	1
lait	l	3/4
crème	cl	10
Beurre	gr	30
Sel, poivre		pm
facultatif		
Ail (gousse)	pc	1
muscade		pm

N°	Phases techniques	Temps
1.1	• Laver, éplucher. • Couper les extrémités.	
1.2	• Tailler en gros dès. • Couvrir avec le lait. • Saler, poivrer.	
1.3	• Porter à ébullition. • Couvrir, laisser cuire à frémissement jusqu'à ce que les légumes soient très tendres, +/- 20 min.	
1.4	• Égoutter les panais sans jeter le liquide de cuisson.	
1.5	• Passer au presse-purée pour obtenir une purée fine, mais surtout pas au mixeur qui gâche la texture et rendrait votre purée gluante.	
1.6	• Rajouter un peu de lait progressivement jusqu'à obtenir la consistance voulue.	
1.7	• Ajoutez le beurre, la crème. • Rectifier l'assaisonnement.	
1.8	**Remarques :**	
1.9	• Peut être associé à une purée de carotte ou d'épinards. • Ajouter éventuellement des pommes de terre +- ½ - ½ Ou du chou-fleur	
1.10	• L'assaisonnement peut être avec un peu de muscade ou d'ail .	

Schéma ou dessin ou photo