

# La recette de la purée maison !

*La cuisine fait partie de notre culture. Savoir cuisiner cela s'apprend et c'est utile et sain pour manger autre chose que les plats préparés du commerce, avec leurs additifs, et leurs excès de sucre, de sel et de graisse.*

*Étudier une recette avec les enfants, c'est leur montrer le rôle émancipateur de l'écriture. Devenir capable de faire des choses qui me permettent d'être plus libre, plus autonome et y gagner en plaisir. Pour grandir quoi !*

## Ingrédients pour 4 personnes

- 1 kg de pommes de terre (chair tendre, variété pour purée)
- 2 gousses d'ail
- 15 cl de lait
- 2 c. à soupe de crème fraîche
- 20 g de beurre
- 1 à 2 c. à café muscade
- sel, poivre



## Préparation

### ÉTAPE 1

Commencez par peler vos pommes de terre (coupez-les en 2 si elles sont vraiment très grosses) puis par bien les rincer, puis mettez-les dans une marmite, ajoutez-leur les gousses d'ail pelées, couvrez-le tout d'eau froide et saupoudrez d'une pincée de sel.

### ÉTAPE 2

Couvez, portez à ébullition, puis faites cuire environ 25 min, jusqu'à ce que les pommes de terre soient suffisamment molles pour pouvoir s'écraser. En fin de cuisson, faites tiédir le lait. Dès qu'elles sont cuites, égouttez vos pommes de terre et vos gousses d'ail dans une passoire, puis écrasez-les à la fourchette ou au presse-purée dans un saladier, en ajoutant progressivement le lait tiède, la crème fraîche et le beurre.

### ÉTAPE 3

Quand la purée a bien tout absorbé, il ne vous reste plus qu'à l'assaisonner avec la muscade, du sel et du poivre et à la déguster chaude ou tiède, avec de la saucisse ou du jambon blanc.

## Astuces

Si vous voulez davantage parfumer votre purée, ajoutez-lui du persil ciselé, une poignée d'olives noires concassées et / ou quelques cuillerées de jus de viande.

**Ne mixez surtout pas la purée de pommes de terre : elle deviendrait trop liquide.**

## Souvenir d'enfance du maître...

*“ Quand j'étais enfant, ma mère faisait souvent une viande en sauce avec la purée. Dans l'assiette, la purée servit, nous creusions un puits, qu'elle remplissait de sauce. C'est elle qui m'a donné le goût de cuisiner pour soi et pour faire plaisir aux autres.”*

*Bizarre le Français : On écrit toujours « puits » avec un « s », la forme « puit » sans « s » est une erreur d'orthographe. La forme de « puits » au singulier est donc identique à son pluriel.*