

# L'OMNICUISEUR Vitalité®

Facile, sain et savoureux... au quotidien !



Difficulté : facile



Pour 4 personnes  
(en accompagnement)



Durée totale : 40 min



Temps de préparation : 15 min



Temps de cuisson : 25 min

## Matériel :

Vitalité 6000

Cocotte de base

## Ingrédients :

- 2 ou 3 panais selon la taille
- 1 grosse pomme ou 2 moyennes
- 1 poignée de pignons de pin  
+ des pignons pour la décoration
- un peu de persil haché
- 10 g de beurre salé (ou jus de viande)
- 15 à 20 cl d'eau

**Cuisson :** 25 min

**HAUT :** maxi

**BAS :** maxi

Cette recette est également réalisable  
dans le V5000, V3000 et V4000.

# Purée de panais aux pignons de pin

"Cette purée, arrosée par exemple de jus de viande, constituera un excellent accompagnement pour une volaille ou un gibier. Le panais est un légume racine que nous avons un peu tendance à oublier en restant dans des classiques, ce qui est fort dommage car il est fin et naturellement délicatement sucré."

**1** Lavez et pelez les panais et la pomme.

**2** Coupez-les en petits morceaux et mettez-les à cuire dans la cocotte de base avec une cuillère à soupe de pignons de pin et un verre d'eau (15 à 25 cl d'eau).

**3** Après la cuisson, mixez le tout (si besoin, ajoutez un peu d'eau chaude pour obtenir l'onctuosité recherchée).

**4** Versez la purée dans des petites cocottes individuelles et parsemez avec un peu de persil haché. Ajoutez dessus une noisette de beurre salé ou du jus de viande. Servir bien chaud.

**Astuce :** vous pouvez aussi ajouter des pignons légèrement grillés ; dans ce cas faites-les griller dans un petit ramequin sur la grille en position haute pendant que les panais cuisent en surveillant attentivement le dorage.

