



## Parmentier de foie de veau aux légumes

Pour 4 personnes

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 40 minutes

Ingrédients :

600 g de foie de veau

600 g de pommes de terre

180 g de carottes

180 g de céleri rave

300 g de pousses d'épinards

80 g de crème fraîche

70 g de beurre

4 cuil. à soupe de chapelure

Sel, poivre

Taillez le foie de veau en bâtonnets. Farinez-les légèrement. Dans une poêle, faites chauffer doucement l'huile. Faites poêler 5 minutes les bâtonnets de foie de veau. Salez, poivrez. Réservez.\* Épluchez les pommes de terre, coupez-les en morceaux. Faites-les cuire 20 minutes à l'eau bouillante salée. Écrasez-les en purée. Incorporez 30 g de beurre et la crème fraîche. Salez, poivrez.\* Épluchez les carottes et le céleri. Taillez-les en bâtonnets. Dans une sauteuse, faites fondre 20 g de beurre avec 10 cl d'eau. Salez. Ajoutez les bâtonnets de légumes, faites cuire 10 minutes à couvert.\* Équeutez les épinards, lavez-les, égouttez-les, essorez-les soigneusement. Faites fondre 20 g de beurre dans une poêle. Ajoutez les épinards. Salez. Remuez pendant 5 minutes. Versez dans une passoire. Répartissez les épinards, les bâtonnets de légumes et de foie de veau dans un plat allant au four ou dans des ramequins individuels. Recouvrez de purée, lissez le dessus. Parsemez de chapelure. Passez le parmentier 10 minutes sous le gril du four. Servez.

Source CIV (Centre d'Information des Viandes)

