

Boulettes pomme de terre-millet avec sauces au brocoli et aux carottes

Préparation: env. 1 h

Repos: env. 1 h

Cuisson: 15–20 Minuten

Pour 5 enfants et 1 adulte. Entre parenthèses: pour 10 enfants et 2 adultes.

Ustensiles

papier sulfurisé

Ingrédients

Boulettes pomme de terre-millet:

1,5 dl (3 dl) de bouillon de légumes

50 g (100 g) de millet

500 g (1 kg) de pommes de terre à chair

farineuse pelées et coupées en dés

2 cs (4 cs) de farine, p. ex. farine blanche

ou PurEpeautre

sel, poivre

2 cs (4 cs) de persil finement haché

env. 75 g (150 g) de chapelure

3–4 cs (6–8 cs) de crème à rôtir

Sauce au brocoli:

250 g (500 g) de brocoli paré et coupé

en morceaux

sel, poivre

2 cs (4 cs) de pesto alla genovese

100 g (200 g) de séré

Sauce aux carottes:

100 g (200 g) de carottes pelées et

râpées à la râpe à bircher

1 (2) petite pomme râpée à la râpe à

bircher

180 g (360 g) de crème acidulée

sel, poivre



Conseil

Servir avec une salade mêlée.

Servir les boulettes restantes froides pour les dix-heures ou les quatre-heures.



Préparation

1. Boulettes pomme de terre-millet: porter le bouillon de légumes à ébullition. Ajouter le millet et cuire 20–25 min. Éteindre la plaque, laisser refroidir et reposer 30–60 min.
2. Cuire les pommes de terre à cœur à la vapeur, à couvert, égoutter et bien laisser sécher. Passer les pommes de terre encore chaudes au passe-vite et les mélanger avec le millet cuit et la farine. Assaisonner le mélange, ajouter le persil. Former des boulettes de la taille d'une noix. Le mélange suffit pour env. 30 (60) pièces. Rouler les boulettes dans la chapelure et les disposer sur la plaque chemisée de papier sulfurisé. Badigeonner de crème à rôtir et cuire 15–20 min au milieu du four préchauffé à 200°C jusqu'à ce que les boulettes deviennent croustillantes.
3. Sauce au brocoli: cuire les brocolis à cœur dans de l'eau frémissante salée, égoutter, rincer sous l'eau froide et laisser égoutter. Réduire le brocoli en purée avec le reste des ingrédients, verser dans des bols. Réserver au frais jusqu'au moment de servir.
4. Sauce aux carottes: mélanger tous les ingrédients, assaisonner et répartir dans des bols. Réserver au frais jusqu'au moment de servir.
5. Disposer les boulettes pomme de terre-millet sur un plat, servir avec les sauces.