

Voici une recette simplissime pour ce soir car je n'avais pas beaucoup de temps, de plus j'adore la purée de choux fleur. Celle-ci était particulièrement parfumée, ce fût très agréable! Lors de mon repas elle me servait d'accompagnement pour des keftas orientales.



La recette pour 5 personnes:

- 1 chou fleur
- 1 Kubor
- 1 oignon
- 1 bouquet de coriandre
- 1 càs de pâte de curry jaune
- 1/2 càc de raz el hanout
- sel
- 3 càs de crème liquide allégée

Couper le chou-fleur en fleurettes et les plonger dans l'eau bouillante d'une cocotte avec le Kubor.

Cuire à couvert pendant 40min.

Émincer finement l'oignon et le faire revenir jusqu'à transparence dans un filet d'huile.

Ajouter le bouquet complet de coriandre ciselé.

Égoutter le chou-fleur et l'ajouter dans la sauteuse (avec l'oignon et la coriandre).

Écraser les fleurettes à l'aide d'une fourchette et ajouter la pâte de curry jaune, le raz-el-hanout et le sel.

Mélanger soigneusement et poursuivre la cuisson ainsi pendant 5 min.

Enfin, ajouter la crème et attendre encore 5 min avant d'arrêter la cuisson.