Recette de purée de pois cassés bio

"Recette bio de purée de pois cassés maison."

Une purée oui, mais de pois cassés. Riche en fibres et protéines, la purée de pois cassés est un excellent accompagnement pour toute la famille.

↓ Voir les ingrédients

Temps de préparation	20 mn
Nombre de personnes	4 pers.
Difficulté	Facile

Les + recettes

Plat

Enfilez vos tabliers

Ingrédients

- 250 g de pois cassés Jardin BiO
- 2 oignons
- 3 gousses d'ail
- 1 branche de thym
- 1 feuille de laurier Jardin BiO
- 1 bouillon de volaille Jardin BiO
- 1 c. à soupe de crème fraîche
- Sel et poivre

Etapes de préparation

1. Faire cuire les pois cassés avec les oignons, le thym, l'ail, le laurier et le bouillon pendant 50 min environ.
2. Égoutter les pois cassés, l'ail, les oignons, le thym et le laurier. Broyer les pois cassés, l'ail et les oignons au mixeur puis filtrer.
3. Pour une consistance plus épaisse, mettre la purée à dessécher sur le feu. Ajouter la crème fraîche, assaisonner puis mélanger et servir.