



CHOUX DE BRUXELLES À LA CRÈME

Ingredients:



10 MINUTES



20 MINUTES



4 PERSONNES

- 500 g de chou de Bruxelles
- 1 oignon
- 10 cl de crème fraîche
- Sauce soja (facultatif)
- Beurre
- Poivre
- Sel
- Lardon (facultatif)

Préparation :

1. Dans un fait-tout, faites bouillir un grand volume d'eau salée.
2. Pendant ce temps, préparez les choux. Coupez-le "trognon" et enlevez les feuilles du dessus un peu flétris.
3. Plongez-les dans l'eau et ciselez-le. Dans une sauteuse faites-le revenir dans du beurre puis versez la moitié des choux de Bruxelles.
4. À l'aide d'un presse purée, écrasez-les puis ajoutez la 2ème moitié et renouvelez l'opération.
5. Salez et poivrez, faites chauffer à feu doux pendant 2 min puis ajoutez la crème fraîche.
6. Au bout de 3 minutes de cuisson, toujours à feu doux, servez. Une petite pointe de soja et dégustez !