



5 15

Pâté chinois revisité

TEMPS DE PRÉPARATION

15 minutes

TEMPS DE CUISSON

18 minutes

Redécouvrez ce classique de la cuisine express en troquant notamment la purée de pommes de terre par des petits cubes de légumes qui craquent sous la dent!

Ingrédients



Boeuf haché
450 g (1 lb),
maigre



Mélange de légumes à soupe 375 ml (1 1/2 tasse)



Pommes de terre 500 ml (2 tasses), pelées et coupées en dés



Maïs en grains 250 ml (1 tasse)



Persil frais 30 ml (2 c. à soupe), haché

Prévoir aussi:

- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive

Facultatif:

- 1 tige de thym

Préparation

- 1 Dans une casserole, chauffer l'huile d'olive à feu moyen. Cuire le boeuf de 3 à 4 minutes.
- 2 Ajouter les légumes pour soupe, les pommes de terre, le maïs, le persil et, si désiré, le thym. Saler, poivrer et remuer.
- 3 Couvrir et cuire à feu doux-moyen de 18 à 20 minutes.