



## Hachis Parmentier de Quorn

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 500 g de pommes de terre à purée
- 1 kg d'épinards frais
- 400 g de quorn haché
- 100 g de gruyère râpé
- 2 tomates
- 2 gousses d'ail
- 1 échalote hachée
- 75 g de beurre
- 2,5 dl de lait entier
- 1/2 litre de bouillon de légumes
- Noix de muscade
- Sel
- Poivre du moulin

Préparation

- 1/ Épluchez les pommes de terre et cuisez-les à l'anglaise.
- 2/ Hachez les gousses d'ail et faites-les tomber dans un peu de beurre. Ajoutez ensuite les tomates en dés et faites revenir quelques instants.
- 3/ Ajoutez ensuite les épinards que vous aurez lavés et égouttés. Faites les tomber dans les tomates. Salez et poivrez. Lorsqu'ils sont cuits, réservez.
- 4/ Lorsque vos pommes de terre sont cuites, égouttez-les et passez-les au passe-vite. Ajoutez le beurre ainsi que le lait. Râpez un peu de muscade suivant votre goût.
- 5/ Faites revenir l'échalote hachée dans un peu de beurre, ajoutez ensuite le quorn haché. Mouillez avec un peu de bouillon de légumes. Salez, poivrez et laissez colorer.
- 6/ Dans le fond d'un plat à four, versez les épinards, couvrez avec le quorn et terminez avec la purée. Saupoudrez de fromage râpé et gratinez dans un four à 200°C.
- 7/ Lorsque votre hachis Parmentier est bien gratiné, sortez-le du four et servez avec une salade variée.



### Salade variée (pour 4 personnes)

- 100 g de mâche
- 2 chicons
- 4 c à s de haricots blancs au jus
- 1 c à s de yaourt
- 1 c à c de moutarde
- Huile d'arachide
- Vinaigre de vin rouge
- Sel
- Poivre du moulin

### Préparation

1/Lavez la mâche et essorez-la, mettez-la dans un saladier.

2/Ciselez finement les chicons et ajoutez-les à la mâche.

3/Egouttez le jus des haricots blancs. Rincez-les à l'eau courante et égouttez-les à nouveau.

4/Dans un ravier ou directement dans un autre saladier, faites une vinaigrette avec 1 c à c de moutarde, 1 c à s de yaourt, du sel et du poivre du moulin. Montez à l'huile d'arachide et, pour terminer, ajoutez un filet de vinaigre de vin rouge.

5/Pour terminer la salade variée, ajoutez les haricots blancs, les chicons ciselés, assaisonnez de vinaigrette et mélangez bien le tout.

Regardez la préparation en vidéo :

[http://www.rtbf.be/tv/emission/detail\\_un-gars-un-chef/actualites/article\\_hachis-parmentier-de-quorn?id=8150686&emissionId=5931](http://www.rtbf.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/actualites/article_hachis-parmentier-de-quorn?id=8150686&emissionId=5931)