

POMMES DE TERRE NATURE

Recette illustrée

→ Croque'menus S. 216



Impressum

Contenu, conception, mise en page
Nicole Möschler, Bildweiser, Ersigen

Photographie
Andrea Wullimann, Lichtartfotografie, Selzach

Conseils nutritionnels
Kathrine Balsiger, Belpberg

Traduction
Gilles Bolliger, Berne

Éditeur
swisspatat, Berne

1^{ère} édition 2018

swisspatat | Case postale | 3001 Berne
info@swisspatat.ch
www.patate.ch

Merci

Nous remercions la maison d'édition Schulverlag plus SA à Berne pour l'autorisation de reproduire les neuf recettes du support didactique Croqu'menus.

Bildweiser ▶

PATATE.CH

Suisse. Naturellement.



216

Pommes de terre

Pommes de terre nature

mode de préparation
bouillir

1½ dl	5 dl eau	① commencer avec la MEP
⅓ cc	1 cc sel	④ porter à ébullition dans une casserole
150 g	600 g pommes de terre à chair ferme	⑤ assaisonner
	dans le sachet vert	② laver, peler, rincer → p.ex. en quarts couper en morceaux,
		③ MEP – maintenant, tu as tout ce qu'il faut
		⑥ ajouter
		⑦ cuisson: 10–15 min à feu doux
		⑧ égoutter,
		⑨ dresser

Conseil

- Cuire les pommes de terre avec un panier-vapeur (p. 42)
- Parsemer de flocons de beurre

• Préparation possible aussi dans le steamer ou à la vapeur sur le panier-vapeur

Image

- Tu trouveras des images comme aide pour les étapes de travail ①–⑨.

Recette pommes de terre vapeur. Dans: Affolter, U., & Felder, R., & Jaun Urech, M., Keller, M., Schmid, U. (2008). Croqu'menus. Moyen d'enseignement intercantonal pour l'économie familiale (p. 216). Berne: Schulverlag.



01 | 11 Pommes de terre nature Croque'menus p.216

MEP pommes de terre nature – tout ce dont tu as besoin

[< retour](#)

Type culinaire: chair ferme

PATATE.CH



02 | 11 Pommes de terre nature Croque'menus p.216

Laver, éplucher, rincer, couper en morceaux de même taille

[< retour](#)

PATATE.CH



03 | 11 Pommes de terre nature Croque'menus p.216

MEP pommes de terre nature – c'est parti

[< retour](#)

Type culinaire: chair ferme

PATATE.CH



04 | 11 Pommes de terre nature Croque'menus p.216

Faire bouillir l'eau,

[< retour](#)

PATATE.CH



05 | 11 Pommes de terre nature Croque'menus p.216

Assaisonner

[< retour](#)

Attention,
l'eau peut gicler!



06 | 11 Pommes de terre nature Croque'menus p.216

Ajouter les pommes de terre

[< retour](#)

PATATE.CH



07 | 11 Pommes de terre nature Croque'menus p.216

Couvrir et faire cuire à petit feu

[< retour](#)



08 | 11 Pommes de terre nature Croque'menus p.216

Jeter l'eau, remettre les pommes de terre dans la casserole

[< retour](#)

PATATE.CH



09 | 11 Pommes de terre nature Croque'menus p.216

Laisser évaporer l'eau jusqu'à ce que les pommes de terre soient sèches

[< retour](#)

PATATE.CH



10 | 11 Pommes de terre nature Croque'menus p.216

Répartir éven. des flocons de beurre sur les pommes de terre

[< retour](#)

PATATE.CH



11 | 11 Pommes de terre nature Croque'menus p.216

Maintenant, tu peux servir

[< retour](#)

PATATE.CH