



## Haggis

- Les ingrédients en italique et entre parenthèses sont facultatifs
- cac = cuillère à café = 5 ml, cas = cuillère à soupe = 15 ml

Pour 6 personnes (150 gr haggis + 300 gr purées)

Temps de préparation : 45 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes à 200°

Ingrédients :

- 750 gr de **pommes de terre** (= 600 épluchées) + 300 gr de **lait végétal**
  - ou un sachet de 125 gr de **purée lyophilisée** + 400 gr d'**eau** + 400 gr de **lait végétal**
- 750 gr de **rutabagas** (= 600 épluchés) + 100 gr de **lait végétal**
  - ou 750 gr de **navets** (= 600 épluchés) + 100 gr de **lait végétal**
  - ou 750 gr de **patates douces** (= 600 épluchées) + 100 gr de **lait végétal**
- 250 gr de **viande hachée** ([voir recette sur le site](#))
- 125 gr de **flocons d'avoine** + 750 gr d'**eau**
- 1 **oignon**
  - (ou bien 80 gr d'**oignons hachés**)
  - (ou bien 20 gr d'**oignons lyophilisés** réhydratés dans 60 gr d'**eau bouillante**)



Préparation :

1. Pour la purée de pommes de terre et si vous avez choisi la purée lyophilisée, **mélangez-la** simplement avec l'**eau** et le **lait**. Dans le cas contraire :
  - **Épluchez** les **pommes de terre** (il en restera environ 600 gr et 150 gr de pelures à jeter)
  - **Émincez-les** (ou les couper en cubes)
  - **Cuire** 20 minutes à la vapeur ou à l'eau
  - **Écraser** pour que ça forme une pâte homogène
2. **Réaliser** la deuxième purée avec les **rutabagas** (ou **navets** ou **patates douces**) selon le même principe
3. Vous obtenez ainsi 2 purées de 900 gr chacune
4. **Réaliser** la **viande hachée**, et pour gagner du temps **cuire concomitamment** les **flocons d'avoine** dans les 750 gr d'**eau** pendant 10 minutes en **remuant** sans cesse
5. **Rissoler** l'**oignon haché** quelques minutes
6. **Mélanger** ensemble la **viande hachée**, l'**avoine cuit** (sans l'égoutter) et l'**oignon** rissolé
7. **Mettre** dans un plat à gratin et **enfournier** 10 minutes à 200°
8. Dans l'assiette **servir** en trois tas formant un triangle. Le haggis en haut, et les 2 purées séparées en bas