Epinards à la crème au thermomix

Informations

Préparation : 5 min	Cuisson : 30 min	Durée : 35 min	Difficulté : 1/10
Ingrédients : 8	Etapes : 8	Astuces : 12	

Ingrédients

Pour les épinards au Thermomix :
800G d'eau
600G d'épinards
1 pincée de sel Pour la crème au Thermomix :
80G de crème épaisse
15G d'huile d'olive
1 gousse d'ail
1 pincée de sel
1 pincée de poivre

Etapes

Pour faire une délicieuse recette d'épinards à la crème thermomix, vous devez cuisiner :
Pour les épinards avec le Thermomix :

Â»

Enlever la tige des épinard, laver les feuilles et les poser dans le varoma.

Â»

Mettre l'eau dans le bol du thermomix avec le sel et fermer le bol.

Â»

Poser le varoma avec les épinards sur le couvercle et régler 20 minutes sur la température varoma à la vitesse 2.

Â»

A la sonnerie poser le varoma dans votre évier et laisser égoutter les épinards.
Pour la crème avec le Thermomix :

Â»

Eplucher la gousse d'ail, la mettre dans le bol du thermomix et mixer 4 secondes sur la vitesse 5.

Â»

Ajouter l'huile et programmer 5 minutes en fonction sens inverse à la vitesse 2 sur 60°C.

Â»

Ajouter les épinards bien égouttés, la crème, le sel, le poivre et régler 5 minutes à la vitesse 3 sur 70°C.

Â»

A la sonnerie, si les épinards ne sont pas assez mixés, régler 20 secondes sur la vitesse 4.
Faites découvrir les épinards aux enfants avec cette délicieuse recette d'épinards au thermomix. Miam ;)

copyright omothermix - 2024
http://www.omothermix.com