

# Pommes de terre à la crème de roquette

Bonjour à toutes et tous

Dans mon potager, par manque de temps et/ou d'énergie, je suis une fervente partisane du « moindre effort ». Je laisse les mauvaises herbes pousser et ne les retire que lorsqu'elles deviennent gênantes, comme le laisse des plantes potagères monter en graines et s'auto-semer. Elles produisent des bébés plants qui sont généralement bien plus robustes que les semis usuels.. et – Pire encore – ces plants « spontanés » qui survivent à tout, alors que l'on peut notablement rater ses semis.

Cette année, c'est ma [roquette sauvage](#) qui a largement profité de ma « flemmardise ». Je l'avais laissé faire de jolies fleurs jaunes l'année dernière, et au printemps, j'ai vu une explosion de roquette dans mes parterre de fraises. Il m'a donc fallu « nettoyer » les lieux et tenter de « rentabiliser » ce surplus. Cette roquette sauvage étant très piquante, elle ne peut être utilisée qu'avec parcimonie dans les salades ou alors en condiment, pour plats. Alors j'ai opté pour l'idée d'une **crème de roquette** façon pesto, qui puisse « saucer » des plats. Le beau temps du moment m'a porté sur un plat de pommes de terre à la crème de roquette, plutôt servi frais en accompagnement. Une note d'oignon doux pour du croquant, une touche de vinaigre pour l'acidité, rien de plus.

Le résultat est vraiment une excellente découverte gustative : la crème de roquette, apporte une note douce et herbacée tout à fait agréable, les patates sont bien relevée, et le tout donne un plat crémeux sans crème, Mari comme petits gourmands ont bien apprécié, et pour ma part.. je pense clairement en refaire courant juin. ^^

Je voulais donc vous partager l'idée si jamais vous avez de la roquette au potager, dans votre panier d'AMAP ou en trouvez lors de vos courses. Cette recette peut vous permettre d'amener un accompagnement aux saveurs qui changent. J'espère que cela vous intéressera. Bonne journée



- POMMES DE TERRE -  
A LA CRÈME DE ROQUETTE



Pommes de terre à la crème de roquette

---

# **Recette : Pommes de terre à la crème de roquette**

**Saison de la recette : Avril – Novembre**

**Temps de préparation : 15 minutes**

**Temps de cuisson : 30 minutes (cuisson des pommes de terre)**

---

## **Ingrédients**

Pour 4 personnes :

Pour les pommes de terre :

- 800g à 1 kg de pommes de terre
- 1/2 botte d'oignons doux
- Vinaigre de cidre

Pour la crème de roquette :

- 75 g de roquette
- 2 cuillère à soupe poudre d'amande
- 50 ml d'huile d'olive
- 50 ml d'huile de colza
- Sel, poivre à convenance

# Réalisation

- Faites cuire les pommes de terre à la vapeur ou à l'eau bouillante jusqu'à ce qu'elles soient fondantes.
- Entre temps, lavez la roquette, égouttez soigneusement.
- Dans un blender, disposez la roquette, poudre d'amande, les deux huiles puis mixez le tout jusqu'à ce que cela forme une crème. Salez et poivrez à convenance. Réservez.
- Épluchez puis émincez les oignons doux, en utilisant bien la partie verte.
- Une fois les pommes de terre cuites, épluchez les et coupez les en gros dés. Placez dans un saladier et mélangez avec 2 cuillérées à soupe d'huile.
- Ajoutez l'oignon doux émincé, la crème de roquette, sel, poivre, et mélangez bien.
- Si vous servez froid, n'hésitez pas à ajouter un filet de vinaigre de cidre et bien mélanger.

Servez frais ou tiède. Accompagnez éventuellement de quelques brins de roquette fraîche.

---

## Astuces :

- La crème de roquette peut aussi s'utiliser dans des pâtes ou du riz
  - *Plus gourmand* : ajoutez du parmesan dans la crème de roquette.
-