

## ***Cupcakes au saumon et à la pomme de terre***

RECETTES - 30 MIN. ET MOINS - POISSONS - REPAS



NOMBRE DE PORTION : 6

---

TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN

---

TEMPS DE CUISSON : 20 MIN

---

TEMPS DE REPOS :

---

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: MOYEN

---

CONGÉLATION: NON

## Ingrédients

---

- 1 filet de saumon, la peau enlevée et coupés en gros morceaux, de 500 grammes environ
- 1/2 poivron rouge coupés en gros morceau
- 1/4 d'oignon rouge coupé en gros morceau
- 1 gousse d'ail
- 1/2 piment jalapeno
- 3 c. à soupe de persil frais
- 1 oeuf
- 1/4 tasse de chapelure
- Le zeste d'un demi-citron et son jus
- Une betterave pelée et coupée en petits morceaux
- 4 pommes de terre pelées et coupées en morceaux
- Beurre et lait au goût
- Sel et poivre

## Préparation

---

1. Mettre tous les ingrédients à l'exception de la betterave et des patates dans un robot culinaire. Actionner et mélanger jusqu'à ce vous ayez une pâte homogène.
2. Séparer la pâte en six portions et déposer le mélange dans des moules à muffins. Donner aux portions l'allure d'un cupcake.
3. Faire cuire à 400 F pendant 15 minutes.

4. Faire bouillir les pommes de terre (on veut en faire une purée). Dans un autre chaudron, faire bouillir la betterave. Quand tout est cuit, faites une purée avec la betterave et les pommes de terre. Ajouter le beurre et le lait à votre goût.
5. Mettre la purée dans une poche munie d'une douille à pâtisserie (une très grosse comme pour faire du glaçage à cupcake) et garnir vos petits gâteaux de saumon avec la purée.
6. Succès garanti!