

Gratin de chou-fleur

CUISIMAGES

Réf :
4013

Type :
Légume

Préparation :
10 min
Repos:

Cuisson :
25 min

Coût :
 

Difficulté :
  

Origine :




Ingrédients pour 6 personnes

- 1 chou-fleur
- 40 g de beurre
- 30 g de farine
- 280 ml de lait
- Sel et poivre



Séparez les bouquets du chou-fleur.

Plongez les dans 2 litres d'eau bouillante avec un morceau de pain (pour atténuer l'odeur du chou) et laissez cuire 25 min.



Préparez une béchamel :

Dans une casserole, faites fondre le beurre puis versez la farine. Mélangez bien et laissez cuire 2 min ce « roux » tout en mélangeant à l'aide d'une cuillère en bois.



Versez doucement le lait en mélangeant constamment.

Laissez cuire 7/8 min en prenant soin de ne pas porter à ébullition.

Salez et poivrez.



Egouttez le chou-fleur et écrasez le grossièrement avec une fourchette.

Versez la béchamel et mélangez bien le tout.



Faites gratiner 5 min sous le grill du four.

Servez chaud avec une salade verte.



Conseils Variante Vin

On peut enrichir ce gratin avec de la viande, des champignons...
Fitou