

Gratin chou romanesco



Ingrédients

- ▶ 25 g de beurre
- ▶ 25 g de farine
- ▶ 1 cuillère à café de muscade en poudre
- ▶ 25 cl de lait
- ▶ 1 chou romanesco
- ▶ 2 cuillères à soupe de Parmesan en copeaux
- ▶ 1 poignée de pignons de pin

Temps total : 50 min

Préparation : 20 min

Cuisson : 30 min

Mettez votre four à préchauffer à 210°C, thermostat 7.

Étape 1

Détaillez le chou romanesco en bouquets et faites-le cuire 5 min à l'autocuiseur.

Étape 2

1. Préparez votre béchamel en faisant fondre le beurre à feu doux, puis en versant dedans la farine en pluie.
2. Laissez cuire à feu doux 2 min en remuant sans arrêt.
3. Retirez du feu et versez le lait froid, petit à petit.
4. Remettez à feu doux et toujours en remuant, faites chauffer jusqu'à l'épaississement souhaité (environ 5 min).
5. Ajoutez du sel, du poivre et la muscade.



Étape 3

Faites revenir vos pignons dans une poêle chaude, sans ajout de matières grasses jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

Étape 4

Dans un plat à gratin, versez les bouquets de chou, la béchamel, les pignons de pin puis le parmesan.

Faites cuire 25 min au four et dégustez

