



anou <http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Gratin de blettes .



Ingrédients pour 4 personnes :

- | | |
|-----------------------------|------------------|
| - 1 botte d'1 kg de blette | - 40 g de beurre |
| - 1 oignon | - 5 g de beurre |
| - 100 g de lardons naturels | - 60 g de comté |
| - 2 c.à.s de parmesan râpé | - 60 g de farine |
| - 2 c.à.s d'huile d'olive | - Muscade, curry |
| - 2 gousses d'ail | - Sel, poivre |
| - 40 cl de lait | |

- Couper puis laver chaque feuille de blette. Couper les cotes pour retirer le plus de feuille
- Cela forme des tiges blanches qui se terminent en pointe
- Détailler en égalisant chaque morceau, réserver
- Superposer plusieurs feuilles, les rouler, puis les découper en biseau, recommencer, puis réserver
- Dans une casserole d'eau à ébullition plonger 30 minutes les cotes détaillées, cuire à couvert
- Parallèlement dans une poêle légèrement huilée faire revenir l'oignon et 1 gousse émincée
- Ajouter les feuilles de blettes. Ajouter après quelques minutes les lardons
- Laisser cuire à feu doux également pendant 30 minutes, assaisonner au cours de la cuisson
- Parallèlement à la cuisson préparer la béchamel en faisant fondre le beurre dans une casserole
- Ajouter la farine mélanger pour former un roux, verser le lait, ajouter le sel, le poivre, la muscade
- Ajouter le comté détaillé en lamelles
- Beurrer légèrement un moule à gratin, saupoudrer d'ail en poudre
- Déposer les légumes et lardons, verser la béchamel par-dessus, saupoudrer du parmesan
- Enfourner à four chaud à 210°C th. 7 pendant 15-20 minutes
- Poursuivre la cuisson quelques minutes sous le grill pour gratiner la béchamel

