

GRATIN DE CHOU-FLEUR

Ingrédients :

- 1.5 kg de chou-fleur
- 1 litre de lait
- 60 gr de farine
- 60 gr de margarine
- Du gruyère râpé
- Sel, poivre et noix de muscade



Préparation !

Préparer et laver le chou-fleur. Le faire cuire à la vapeur ou dans de l'eau

Beurrer un plat à gratin. Disposer le chou-fleur dans le plat.

Préparer une béchamel, saler, poivrer et ajouter la noix de muscade.

Verser la béchamel sur le chou-fleur.

Recouvrir de gruyère râpé.

Cuire au four 10 à 15 minutes et faire gratiner.

Remarque : Le chou-fleur peut être remplacé par des courgettes et on peut y ajouter des dès de jambon.