

## GRATIN DE CHOU FLEUR

Retrouvez toutes nos recettes sur [www.panier-naturel.com](http://www.panier-naturel.com)

Facile	Coût faible
Préparation : 20 minutes	Cuisson : 50 minutes
Pour 4 personnes	1 moule à cake, 1 saladier, 1 mixeur

### **Ingrédients :**

1 chou-fleur  
4 pommes de terre  
25 g de beurre  
30 g de farine  
un bouillon de volaille  
10 cl de lait  
une poignée de fromage râpé  
sel et poivre, muscade  
1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre

### **Préparation :**

- 1 - Nettoyer le chou-fleur et le couper en bouquets. Laver et éplucher les pommes de terre et les couper en deux.
- 2 - Les faire cuire à l'eau bouillante avec un bouillon de poule en commençant par les pommes de terre 5 minutes avant le chou fleur, le tout environ 15 minutes. Vérifier la cuisson en piquant la pointe d'un couteau (ça doit être tendre mais pas mou).
- 3 - Préparer une sauce blanche, faire fondre le beurre dans une casserole puis ajouter la farine. Verser peu à peu le bouillon bien chaud, comme pour une béchamel en mélangeant avec un fouet, ajouter un peu de lait. Saler, poivrer et ajouter une pointe de muscade, et une cuillère de vinaigre de cidre.
- 4 - Dans un plat à gratin disposer dessus le chou fleur et les pommes de terre. Recouvrir de sauce. Parsemer de fromage râpé (de préférence du comté qui à un goût plus prononcé).
- 5 - Enfourner pour environ 30 mn sur Th 6-7 (200°C).