



Crumble et gratins de légumes

Gratin de blettes au comté



35 min **20 min** **15 min** **0** **324**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

1 botte(s) **Blette(s)**
100 g **Comté**
50 g **Farine**
50 g **Beurre**
50 cl **Lait entier**
1 pincée(s) **Noix de muscade**
1 **Sel**

Étape 1

Préparation des blettes

- 1 Laver les blettes et ne conserver que la partie blanche pour cette recette.
- 2 Découper les tiges de blettes en petits tronçons et les faire cuire 20 minutes dans une grande casserole d'eau salée.
- 3 Les côtes de blettes sont un peu dures, il est donc nécessaire de les pré-cuire afin de les attendrir.
- 4 Égoutter et réserver.

Étape 2

Préparation de la sauce béchamel

- 1 Faire fondre le beurre dans une casserole. Ajouter la farine et poursuivre la cuisson 2 minutes à feu doux sans cesser de remuer.
- 2 Ajouter le lait en battant rapidement la préparation pour éviter la formation de grumeaux.
- 3 Lorsque la sauce a épaissi, ajouter la moitié du comté rapé, la noix de muscade et le sel.

Étape 3

Finition et cuisson

- 1 Placer les côtes de blettes dans un plat à gratin.
Recouvrir de béchamel.
- 2 Parsemer de comté râpé et faire gratiner 15 minutes dans un four préchauffé à 180°C (Th.6).

Étape 4

Dressage

- 1 Sortir du four et servir aussitôt.