

Le Gratin de Chou-Fleur

Ingrédients

Pour 3 ou 4 personnes:

300 g de chou-fleur en fleurettes surgelés.

2 ou 3 pommes de terre.

1/2 L de sauce béchamel.

Gruyère pour gratiner.

Préparation

Eplucher les pommes de terre et les couper en dés.

Faire cuire à la vapeur les pommes de terre et le chou-fleur: environ 25 minutes vapeur normale, 9 minutes dans une cocotte pression. Il faut saler l'eau de cuisson avec 1 cuillère à café de sel.

Préchauffer le four à 180°C.

Dans un plat allant au four, mettre le chou-fleur et les pommes de terre, écraser grossièrement avec un presse-patates.

Verser la béchamel dessus, écraser un peu pour la faire pénétrer.

Parsemer de gruyère râpé.

Enfourner pour 20 minutes environ.

Viande

Peut être servi en accompagnement de toutes les viandes: steack haché, bœuf à griller, rôtis...