GRATIN DE CHOU-FLEUR AU PARMESAN

RECETTE DE MOIS | OCTOBRE 23

4	Personnes
●○○	Difficulté
€€€	Budget
70 min	Temps

LES INGRÉDIENTS

- 500 g de chou-fleur Prince de Bretagne
- 50 g de beurre
- 50 cl de bouillon de légumes
- 40 g de farine
- 80 g de parmesan râpé
- 2 cuillères à café de persil finement haché
- Noix de muscade
- Sel et poivre du moulin

VOS USTENSILES

LA RECETTE

1. Découpez le chou-fleur en petits bouquets avec votre couteau Kyocera et faites-les cuire 30 minutes à la vapeur. Dans une petite casserole, faites fondre le beurre et ajoutez-y la farine. Bien mélanger à l'aide d'un fouet pour éviter les grumeaux. Saupoudrez de noix de muscade.
2. Versez progressivement le bouillon de légumes pour obtenir une sauce épaisse. Stoppez la cuisson. Incorporez 60 g de parmesan à la sauce. Salez et poivrez.
3. Dans un plat allant au four, déposez un peu de sauce au parmesan, les bouquets de chou-fleur cuits, puis napper avec le reste de la sauce au parmesan.
4. Saupoudrez avec le reste de parmesan.
5. Cuire 20 à 30 minutes dans un four préchauffé à 200°C. Pour la dégustation, parsemez d'un peu de persil pour apporter un peu de fraîcheur.
6. Servez accompagné d'une salade de roquette ou de mâche.
7. Vous pouvez varier les fromages utilisés (comté, mimolette...)! Variez les ingrédients selon vos goûts : jambon cru ou lardons... Le secret pour une saveur parfaite et originale: la touche de noix de muscade!

Contact presse : KEEPINTOUCH · Delfine Bourguignon · rp@keepintouch.fr · **www.kyocera-cuisine.fr**

© 2022 KYOCERA Europe GmbH. We reserve the right to make changes without prior notice.