



## Gâteau de riz aux petits légumes

LA CUISINE DE BOOMY



*Pour 12 gâteaux de riz / 5 Persopoints pour 1 gâteau de riz*

- 125 gr de petits pois surgelés
- 1/2 cube de bouillon de volaille
- 500 ml d'eau
- 150 gr de carottes
- 200 gr de riz basmati cru
- 150 ml de lait 1/2 écrémé
- 150 gr de râpé de jambon blanc fumé
- 2 œufs
- 100 gr de gruyère râpé
- Sel, poivre

Commencer par éplucher les carottes et les couper en très petits dés.

Mettre l'eau dans une casserole et y faire dissoudre le bouillon cube. Mettre les petits pois, le riz et les carottes. Couvrir et faire cuire une dizaine de minutes à feu très doux jusqu'à absorption complète de bouillon.

Préchauffer votre four à 180°.

Une fois le riz cuit, rajouter le lait et les dés de jambon dans la casserole hors du feu, bien mélanger.

Battre les œufs en omelette, les verser dans la casserole et rajouter le gruyère râpé.

Bien mélanger le tout, saler, poivrer. Répartir la préparation dans vos empreintes en tassant bien.

Enfourner pour 15 minutes. Laisser refroidir 5 minutes avant de démouler.