

GRATIN DE CHOU-FLEUR



Pour mon Coup de cœur du dimanche une recette du site [COOKIDOO](http://www.cookidoo.com)

Ingrédients :

- 200 g de gruyère râpé
- 500 g d'eau
- 1 chou-fleur
- 50 g de farine
- 40 g de beurre
- 500 g de lait
- 1/2 c à c de sel
- 2 pincées de poivre
- 2 pincées de noix de muscade

Préparation :

- mettre l'eau dans le bol et le chou-fleur en bouquets dans le varoma
- mettre le varoma en place et cuire à la vapeur 25 minutes varoma vitesse 1
- retirer le varoma puis réserver et vider le bol
- mettre la farine, le beurre, le lait, le sel, le poivre dans le bol
- cuire 7 minutes à 90°C vitesse 3
- ajouter la noix de muscade et 70 g de gruyère râpé
- puis mélanger 5 secondes à vitesse 5
- préchauffer le gril du four à 210°
- disposer les bouquets de chou-fleur dans un plat à gratin
- couvrir de sauce et parsemer de gruyère râpé
- placer sous le gril pendant 10 minutes environ

Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations.