

GRATIN DE PATES ET BOUQUETS DE CHOU FLEUR



Ingrédients :

- 1 chou fleur
- 250 g de petites pâtes
- 260 g de fromage râpé
- 250 cl de crème liquide
- 250 cl de lait
- du beurre pour le plat
- sel, poivre
- muscade râpée
- 50 cl d'eau

Préparation :

- laver le chou fleur, le détailler en mini-fleurettes
- mettre l'eau dans le bol et le chou-fleur dans le varoma
- cuire à la vapeur 25 minutes température varoma vitesse 1
- réserver le chou fleur
- vider et rincer le bol
- mettre dans le bol, 200 g de fromage râpé, la crème, le lait, un peu de sel de poivre et quelques pincées de muscade
- cuire 10 minutes à 80°C vitesse 1
- pendant la cuisson de la sauce, faire cuire les pâtes dans un grand volume d'eau bouillante salée
- puis égoutter les pâtes, les remettre dans la casserole
- préchauffer le four à 180°C
- beurrer un plat à gratin, répartir les pâtes et les bouquets de chou fleur
- ajouter la sauce
- puis mélanger
- parsemer du reste de fromage râpé
- enfourner pour 40 minutes

Vous pouvez retrouver cette recette dans le magazine Mon Robot et Moi n° 30

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

THERMOMINOUX 2020

<http://thermominoux.over-blog.com>