

# GRATIN DE CHOU-FLEUR A LA BECHAMEL AU CAKE FACTORY (thermomix-cookéo- cake factory)



Pour mon Coup de cœur du dimanche une recette de [Popote de petit bohium](#)

**Ingrédients :**

- 1 chou-fleur
- 500 g de lait demi-écrémé
- 40 g de beurre
- 60 g de farine
- sel, poivre
- 2 poignées de fromage râpé
- 20 cl d'eau

**Préparation :**

- Préparer la béchamel :
- mettre dans le bol du thermomix, le lait, le beurre, la farine, le sel et le poivre
- puis programmer 7 minutes à 90 °C vitesse 6
- Laver et détailler le chou-fleur en bouquets et les placer dans le panier vapeur du cookéo
- verser l'eau dans la cuve du cookéo
- placer le panier vapeur
- puis lancer le mode cuisson sous pression pour 4 minutes
- mettre le chou-fleur dans le plat du Cake Factory
- ajouter la béchamel par dessus
- ajouter le fromage râpé sur le dessus
- déposer le moule dans le cake factory
- lancer le Programme 6, 200 °C pendant 45 minutes environ

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