



#### **Porc**

# Gratin de céréales au jambon et reblochon



1h20 40 min 40 min

0

366

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

CUISSON

REPOS

**CALORIES** 

#### Étape 1

Préparation des ingrédients

- Eplucher l'oignon à l'aide d'un couteau d'office puis éplucher la carotte à l'aide d'un économe et en couper les extrémités.
- 2 Eplucher l'ail à l'aide d'un couteau d'office, le couper en deux et ôter le germe.
- 3 Ôter le pédoncule de la tomate et faire une incision en forme de croix sur le dessus.
- 4 Porter une casserole d'eau à ébullition puis plonger la tomate pendant 1 minute à l'aide d'une écumoire.
- Sortir ensuite la tomate et la plonger dans un saladier rempli d'eau et de glaçons.
- 6 Egoutter la tomate, la débarrasser dans un bol puis l'éplucher à l'aide d'un couteau d'office.
- 7 Couper la tomate en quatre puis vider les pépins et la couper en dés à l'aide d'un couteau éminceur.
- Réserver les dés de tomate dans un bol.
- Couper l'oignon en deux puis le ciseler finement à l'aide d'un couteau éminceur et réserver dans un ramequin.
- 10 Tailler la carotte en brunoise c'est-à-dire en petits cubes puis réserver dans un ramequin.

Ingrédients pour 4 personnes

### Ingrédients pour le gratin

- 160 g Jambon cuit
- 80 g **Blé**
- 80 g Reblochon(s)
- 60 g **Blé**
- 80 g Crème liquide (fleurette)
- 60 q Oignon(s)
- 25 g Beurre
- 1 Carotte(s)
- 1 Tomate(s)
- 40 g Petits pois
- 15 g Persil plat
- 1 Gousse(s) d'ail
- 2 feuille(s) Laurier
- 2 branche(s) **Thym**
- 1 Gros sel
- 1 Sel
- 1 Poivre
- 1 Glacon(s)

## Ingrédients pour le dressage

1 Blé

- Effeuiller le persil et réserver les tiges pour le bouquet garni.
- ciseler le persil à l'aide d'un couteau éminceur puis le réserver dans un bol.
- Faire un bouquet avec du thym, du laurier, les queues de persil réservées en ficelant le tout avec de la ficelle de cuisine.
- Tailler le jambon en lamelles puis en brunoise à l'aide d'un couteau éminceur et réserver dans un ramequin.
- 15 On peut garder la croûte ou l'enlever suivant les goûts.
- Couper le reblochon en tranches fines à l'aide d'un couteau éminceur puis réserver sur une assiette.
- Faire fondre le beurre dans une casserole sur feu moyen en remuant à l'aide d'une spatule.
- Mettre les oignons dans la casserole quand le beurre a fondu et mélanger pour les faire suer.
- Mettre le blé et l'épeautre dans un même récipient pour mesurer la quantité d'eau à utiliser puis les ajouter aux oignons.
- Mélanger les céréales pour qu'elles s'enrobent de beurre et qu'elles se nacrent en mélangeant à l'aide d'une spatule.
- Ajouter deux fois le volume des céréales en eau dans la casserole en utilisant le même récipient.
- Mettre ensuite le bouquet garni, du sel et porter à ébullition.
- Mettre l'ail dans l'eau en ébullition puis couvrir et laisser cuire pendant 25 minutes sur feu doux.
- Porter de l'eau à ébullition dans une autre casserole puis ajouter du gros sel et mettre les carottes.
- Mettre les petits pois au bout de quelques minutes et laisser cuire entre 3 et 4 minutes.
- 26 Préparer un saladier rempli d'eau et de glaçons.
- Sortir ensuite les légumes de la casserole et les plonger dans le saladier d'eau glacée à l'aide d'une écumoire.
- 28 Egoutter les légumes dans une passette et réserver.
- Vérifier la cuisson des céréales, elles sont cuites quand l'eau est totalement absorbée.
- ôter le bouquet garni quand les céréales sont cuites puis remuer les grains à l'aide d'une fourchette pour les égrener et éviter qu'ils ne collent entre eux.
- 31 Ôter également les gousses d'ail puis stopper la cuisson.

#### Étape 2

Montage et gratinage

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- Mettre le persil ciselé dans la casserole de céréales et mélanger à l'aide d'une fourchette.
- Dresser une couche de céréales au fond des cassolettes à l'aide d'une cuillère à soupe.
- 4 Ajouter les dés de jambon.

- Mélanger les carottes, les petits pois et les tomates dans un bol puis verser une couche dans les cassolettes.
- 6 Verser la crème liquide dans un bol, saler, poivrer et mélanger le tout à l'aide d'un fouet.
- Napper les cassolettes avec la crème à l'aide d'une cuillère à soupe.
- B Déposer les tranches de reblochon en recouvrant bien les légumes.
- **9** Déposer les cassolettes sur une plaque de four et enfourner pendant 40 minutes.

## Étape 3

## Dressage

- Sortir les cassolettes du four et les placer sur des ardoises.
- Décorer les ardoises avec des graines d'épeautre et un bout de reblochon puis servir.