

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

- 1 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.
- 5 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.
- 8 Réserver les dés de tomate dans un bol.
- 9 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 g **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 **Glaçon(s)**

Ingrédients pour le dressage

1 **Blé**

- 11 Effeuille le persil et réserver les tiges pour le bouquet garni.
- 12 Ciseler le persil à l'aide d'un couteau éminceur puis le réserver dans un bol.
- 13 Faire un bouquet avec du thym, du laurier, les queues de persil réservées en ficelant le tout avec de la ficelle de cuisine.
- 14 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.
- 16 Couper le reblochon en tranches fines à l'aide d'un couteau éminceur puis réserver sur une assiette.
- 17 Faire fondre le beurre dans une casserole sur feu moyen en remuant à l'aide d'une spatule.
- 18 Mettre les oignons dans la casserole quand le beurre a fondu et mélanger pour les faire suer.
- 19 Mettre le blé et l'épeautre dans un même récipient pour mesurer la quantité d'eau à utiliser puis les ajouter aux oignons.
- 20 Mélanger les céréales pour qu'elles s'enrobent de beurre et qu'elles se nacent en mélangeant à l'aide d'une spatule.
- 21 Ajouter deux fois le volume des céréales en eau dans la casserole en utilisant le même récipient.
- 22 Mettre ensuite le bouquet garni, du sel et porter à ébullition.
- 23 Mettre l'ail dans l'eau en ébullition puis couvrir et laisser cuire pendant 25 minutes sur feu doux.
- 24 Porter de l'eau à ébullition dans une autre casserole puis ajouter du gros sel et mettre les carottes.
- 25 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.
- 27 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.
- 29 Vérifier la cuisson des céréales, elles sont cuites quand l'eau est totalement absorbée.
- 30 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).
- 2 Mettre le persil ciselé dans la casserole de céréales et mélanger à l'aide d'une fourchette.
- 3 Dresser une couche de céréales au fond des cassolettes à l'aide d'une cuillère à soupe.
- 4 Ajouter les dés de jambon.

- 5 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.
- 7 Napper les cassolettes avec la crème à l'aide d'une cuillère à soupe.
- 8 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

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