



*Tartines et sandwichs*  
**Croque monsieur**



**25 min** **10 min** **15 min** **0** **511**  
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

**Ingrédients pour les  
croque-monsieurs**

8 tranche(s) **Pain de mie**  
8 tranche(s) **Fromage à  
fondre**  
4 tranche(s) **Jambon cuit**  
100 g **Emmental**

**Ingrédients pour la  
sauce béchamel**

4 c. à soupe **Maïzena**  
60 cl **Lait demi-écrémé**  
1 **Noix de muscade**  
30 g **Beurre doux**  
1 **Sel**  
1 **Poivre**

**Étape 1**

Préparation de la sauce béchamel

- 1 Dans une casserole, verser le lait et la maïzena. Délayer à l'aide d'un fouet.
- 2 Faire chauffer sur feu doux en remuant sans cesse jusqu'à ce que le mélange arrive à ébullition.
- 3 Retirer du feu. Ajouter la noix de muscade, saler et poivrer.
- 4 Incorporer le beurre en fouettant. Réserver au chaud.

**Étape 2**

Montage des croque-monsieur

- 1 Tartiner chaque tranche de pain avec le fromage à fondre à l'aide d'un couteau d'office. Recouvrir d'une cuillère de sauce béchamel.
- 2 Sur 4 tranches, poser une tranche de jambon pliée en deux.
- 3 Recouvrir avec les tranches restantes. Le fromage et la sauce béchamel doivent être à l'intérieur.
- 4 Avec une cuillère, recouvrir généreusement le dessus des croque-monsieur avec la sauce béchamel restante.
- 5 Râper le fromage et en parsemer les croque-monsieur

sur toute la surface.

### **Étape 3**

#### Cuisson des croque-monsieur

- 1** Disposer les 4 croque-monsieur sur une plaque allant au four.
- 2** Laisser gratiner sous le gril du four pendant quelques minutes. Servir de suite.