



Crumble et gratins de légumes

Gratin de quinoa aux poireaux



1h10 20 min 50 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

514

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le gratin

250 g **Quinoa**
2 **Poireau**
20 cl **Crème liquide (fleurette)**
100 g **Gruyère râpé**
1 pincée(s) **Noix de muscade en poudre**
50 cl **Eau**
40 g **Beurre**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation du gratin

- 1 Faire chauffer l'huile d'olive dans une casserole et y verser le quinoa. Saler et poivrer puis faire revenir pendant 1 minute à l'aide d'une cuillère en bois.
- 2 Verser l'eau et porter à ébullition. Couvrir la casserole puis baisser le feu au minimum. Laisser mijoter pendant 15 minutes sur feu doux, jusqu'à absorption totale du liquide.
- 3 Couper la racine des poireaux et les fendre dans la longueur, à l'aide d'un couteau d'office. Laver soigneusement sous l'eau froide et les émincer finement à l'aide d'un couteau éminceur.
- 4 Faire fondre le beurre dans une sauteuse et y faire suer les poireaux. Saler, poivrer et mélanger. Couvrir et laisser cuire 20 minutes sur feu doux.
- 5 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 6 Déposer une couche de quinoa au fond de ramequins. Recouvrir de poireaux puis arroser de crème fleurette. Assaisonner avec la noix de muscade puis recouvrir de gruyère râpé. Enfourner pendant 15 minutes.

Étape 2

Dressage

- 1 Servir le gratin directement dans les ramequins individuels et déguster bien chaud.