



Crumble et gratins de légumes

Gratin de salsifis



45 min **15 min** **30 min** **0** **333**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le gratin de salsifis

800 g **Salsifis**
20 cl **Lait demi-écrémé**
15 cl **Crème liquide (fleurette)**
2 c. à soupe **Farine**
20 g **Beurre**
50 g **Gruyère râpé**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation du gratin de salsifis

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Faire fondre le beurre sur feu doux dans une poêle.
- 3 Ajouter les salsifis et les faire revenir doucement.
- 4 Augmenter légèrement le feu et verser la farine.
- 5 Mélanger à l'aide d'une spatule et laisser cuire quelques instants.
- 6 Verser le lait et la crème. Continuer de mélanger et laisser cuire jusqu'à épaississement. Saler et poivrer.
- 7 Disposer la préparation dans un moule à gratin puis parsemer le gruyère.
- 8 Enfourner pendant 30 minutes.

Étape 2

Dressage du gratin de salsifis

- 1 Sortir le gratin du four lorsqu'il est doré. Servir bien chaud.