

# Le gratin de blettes

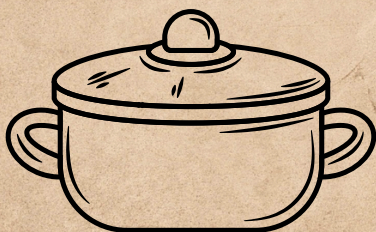
Voici un autre gratin dont on a pas trop l'habitude, mais qui se trouve être excellent et qui ne perd pas sa saveur une fois mouliné.

Vous trouverez la recette de la béchamel dans ce livre. Et pour le reste, il s'agit essentiellement de faire cuire les blettes en séparant le blanc des feuilles vertes, de les placer dans le plat à gratin, de les recouvrir de béchamel et de fromage râpé et de faire dorer.

Vous pourrez par la suite facilement mouliner le tout pour votre proche et le mélanger à une viande hachée ou le déguster seul. Le gratin se suffit à lui-même.







Pour 4 parts

1 bouquet de blettes

20 g de beurre + 5g pour beurrer le plat à gratin

Sel

Béchamel (à acheter toute faite ou à faire soi-même : Voir ma recette p 88)

100g d'emmental râpé.

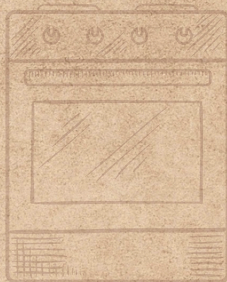




# Le gratin de blettes

## La cuisson des blettes

1. Bien nettoyer les blettes et séparer le blanc du vert.
2. Faire bouillir de l'eau salée.
3. Pendant ce temps, si vous faites votre béchamel vous-même, c'est le moment.
4. Faire cuire le blanc des blettes 10 minutes.
5. Égoutter le blanc et garder l'eau chaude pour la suite de la cuisson. Réserver le blanc.
6. Faire cuire le vert 5 minutes.
7. Égoutter le vert.
8. Faire fondre le beurre dans une poêle et faire revenir le vert quelques minutes.





## Le gratin

1. Beurrer un plat à gratin, placer les blettes dedans en mettant le blanc dessous et le vert au-dessus.
2. Recouvrir de béchamel et de fromage râpé.
3. Préchauffez le four à 200 ° (Thermostat 6-7).
4. Mettre au four 35 minutes.



À lire: Un point  
de vigilance pour  
tout ce qui est  
gratiné (p 77)

