

Gratin de Chou Frisé aux lardons

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 30 minutes

Ingrédients:

- CHOU FRISÉ	1
- LARDONS	200 à 250 g
- CRÈME FRAÎCHE	3 c à soupe
- LAURIER	
- EAU	1 verre
- BEURRE	30 + 50 g
- FARINE	1 ½ c à soupe
- LAIT	400 ml
- NOIX DE MUSCADE	
- GRUYÈRE RÂPÉ	40g
- PARMESAN RÂPÉ	3 c à soupe
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Coupez le chou en lamelles assez fines avec un couteau. Retirez au maximum les grosses tiges.
- Faites revenir les lardons dans une casserole.
- Lorsqu'ils sont cuits, retirez-les de la casserole et ajoutez un peu de beurre.
- Ajoutez alors les lamelles de chou ; remuez bien pendant quelques minutes.
- Versez ensuite le verre d'eau et ajoutez le laurier. Salez et poivrez
- Lorsque le chou est suffisamment ramolli, incorporez la crème fraîche et les lardons.
- Laissez encore mijoter au moins 20 minutes à couvert.
- Confectionnez une béchamel avec du beurre, la farine et le lait. Salez, poivrez et muscadez.
- Préchauffez le four à 220°C.
- Répartissez un peu de béchamel au fond d'un plat à gratin.
- Recouvrez avec le chou aux lardons.
- Versez le reste de béchamel sur le tout.
- Saupoudrez de gruyère râpé et de parmesan.
- Enfournez pour 15 minutes.
- Servez dès la sortie du four.

