

Gratin d'Agneau au Petit Épeautre

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 2 heures

Ingrédients:

- PETIT EPEAUTRE (SAULT)	300g
- CHAMPIGNONS DE PARIS	250g
- COURGETTE(S)	2
- GIGOT D'AGNEAU	750g en tranches
- BEURRE	70g
- FARINE	70g
- LAIT	3/4 litre
- JAUNE(S) D'OEUF(S)	1
- NOIX DE MUSCADE	
- AIL EN POWDRE	
- HERBES DE PROVENCE	
- SEL	
- POIVRE	
- GRUYERE RAPE	
- CHAPELURE	



Recette:

- Faites cuire le petit épeautre dans de l'eau salée pendant 25 minutes. Ensuite, retirez du feu et couvrez pendant 10 minutes. Ensuite, égouttez-les et réservez.
- Coupez les champignons en morceaux et les courgettes en cubes (ou frites).
- Dans une poêle, faites revenir d'abord les courgettes. Salez, poivrez et ajoutez de l'ail.
- Incorporez les champignons et rectifiez l'assaisonnement (sel, poivre et ail).
- Dans un grand plat à gratin huilé, déposez le petit épeautre dans le fond puis recouvrez avec les légumes cuits.
- Coupez alors la viande en dés et faites-la revenir dans du beurre chaud. Salez, poivrez et ajoutez l'ail. Saupoudrez également d'herbes de Provence. Etalez-la enfin sur les légumes dans le plat à gratin.
- Préchauffez le four à 180°C.
- Confectionnez une béchamel avec le beurre, la farine et le lait. Agrémentez avec le jaune d'œuf et assaisonnez de sel, poivre et muscade. Versez-la dans le plat à gratin au dessus de la couche de viande.
- Parsemez de gruyère râpé et de chapelure.
- Enfourniez 15-20 min afin d'obtenir un croûte bien dorée.
- Servez sans attendre.

Variante:

Vous pouvez ajouter des dés de fêta dans le mélange de légumes.

Remarque:

Accompagnez d'une bonne salade verte.