

## *Roulades de Chicons au Cumin Gratinées au Cheddar*

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

### Ingrédients:

- CHICON(S)	1.5 kg
- SUCRE SEMOULE	2 c à soupe
- JAMBON CUIT	10 - 12 tranches
- BEURRE	60g
- FARINE	3 c à soupe
- LAIT	600 ml
- CUMIN EN POWDRE	1/2 c à café
- CHEDDAR	200g
- SEL	
- POIVRE	

### Recette:

- Préchauffez le four à 220°C.
- Nettoyez et coupez les chicons en deux dans le sens de la longueur. Otez-en le cœur.
- Faites-les revenir dans du beurre chaud. Ajoutez un peu d'eau et couvrez. Laissez fondre quelques minutes puis salez et poivrez.
- En fin de cuisson, ajoutez le sucre afin de caraméliser les chicons. Réservez.
- Faites une béchamel avec le beurre, la farine et le lait. Salez et poivrez puis intégrez le cumin. Réservez.
- Râpez le cheddar.
- Confectionnez les roulades avec le jambon, les chicons cuits, un peu de cheddar râpé. Déposez-les dans un plat à gratin.
- Recouvrez enfin les roulades avec la béchamel au cumin.
- Saupoudrez du reste de cheddar râpé.
- Enfournez 7-10 minutes afin d'obtenir un gratin bien doré.
- Servez sans attendre.

