

Chou Fleur à la Sauce Blanche



Pour 4 personne(s)
Temps de préparation: 30 minutes

Ingrédients:

- | | |
|---------------------|---------------|
| - CHOU-FLEUR | 1 |
| - BEURRE DE CUISSON | 1 grosse noix |
| - FARINE | 1.5 c à soupe |
| - LAIT | 400 ml |
| - NOIX DE MUSCADE | |
| - SEL | |
| - POIVRE | |

Recette:

- Nettoyez le chou fleur et détaillez-le en fleurs moyennes.
- Faites-le cuire dans de l'eau bouillante salée.
- Egouttez-le. Poivrez-le légèrement.

Préparation de la sauce blanche:

- Faites fondre le beurre dans un caquelon.
- Ajoutez la farine et mélangez au fouet.
- Versez petit à petit le lait en fouettant continuellement.
- Fouettez en laissant épaissir. Salez, poivrez et muscadez.

Nappez les fleurs de choux avec la sauce blanche.