

Gratin de Légumes aux Amandes

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- CHICON(S)	6
- COURGETTE(S)	2
- AMANDES EFFILÉES	4 c à soupe
- CHAPELURE	4 c à soupe
- MOUTARDE	2 c à café
- HUILE D'OLIVE	5 c à soupe
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Faites cuire les chicons 15 min dans de l'eau bouillante salée.
- Coupez les courgettes en rondelles d'1 cm d'épaisseur. Plongez-les également dans l'eau bouillante avec les chicons pour 3 – 4 minutes.
- Egouttez le tout. Coupez les chicons dans le sens de la longueur, retirez le cœur et disposez-les dans un plat à gratin en alternance avec les rondelles de courgettes. Poivrez.
- Mélangez la chapelure avec la moutarde et l'huile d'olive. Salez et poivrez.
- Répartissez ce mélange sur les légumes ainsi que les amandes effilées.
- Faites cuire le gratin de légumes au micro-onde position CRISP pendant 23 minutes.

Remarque:

A partir de PL-570

