

Gratin de Brocoli et Riz au Parmesan

Nombre de personnes: 8

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- BROCOLI(S)	800g
- RIZ	300g
- BEURRE	80g
- FARINE	80g
- LAIT	1 litre
- NOIX DE MUSCADE	
- JAUNE(S) D'OEUF(S)	1
- PARMESAN RAPE	30g
- CHAPELURE	25g
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Faites cuire le riz le temps nécessaire dans de l'eau bouillante salée. Egouttez et réservez.
- Pendant ce temps, coupez le brocoli en bouquets et faites-le cuire dans de l'eau bouillante salée. Egouttez et réservez.
- D'un autre côté, préparez la béchamel avec le beurre, la farine et le lait. Ajoutez le jaune d'œuf et épicez-la de muscade, sel et poivre (assez généreusement).
- Préchauffez le four à 180-200°C.
- Dans un plat à gratin, déposez le brocoli dans le fond. Salez et poivrez.
- Incorporez le riz à la béchamel. Rectifiez l'assaisonnement.
- Versez ce mélange sur le brocoli.
- Saupoudrez de parmesan et de chapelure.
- Enfournez pour 20-25 minutes.

Remarque:

Servez de préférence avec du porc ou une autre viande blanche.

