

Gratin Léger de Carottes, Moutarde et Haricots Verts au Cheddar

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- CAROTTE(S)	250g
- HARICOTS VERTS	200g
- BOUILLON DE VOLAILLE	1 litre (1 cube)
- BEURRE DE CUISSON	35g
- FARINE	1,5 c à soupe
- LAIT	350 ml
- MOUTARDE	½ c à café
- CRÈME FRAÎCHE	2 c à soupe
- NOIX DE MUSCADE	
- CHEDDAR	150g
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Râpez le cheddar.
- Confectionnez une béchamel avec le beurre, la farine et le lait. Liez avec la moutarde. Salez, poivrez et muscadez. Réservez.
- Equeutez les haricots.
- Pelez et coupez les carottes rondelles. Faites-les cuire 12-15 minutes dans le bouillon de volaille. Egouttez en conservant le bouillon chaud (avec une écumoire).
- Faites ensuite cuire les haricots princesses dans le même bouillon pendant 10-12 minutes. Egouttez.
- Préchauffez le four à 210°C.
- Dans un plat à gratin déposez les carottes cuites. Salez et poivrez.
- Fouettez la béchamel avec 2 c à soupe de crème.
- Nappez les carottes avec une partie de la sauce béchamel puis répartissez 1/3 du cheddar râpé.
- Déposez par-dessus les haricots bien rangés en lignes.
- Versez le reste de béchamel sur le tout.
- Répartissez le reste de cheddar. Poivrez.
- Enfournez pour 25 minutes afin d'avoir une belle croûte colorée.
- Servez bien chaud dès la sortie du four.