

Gratin de chou-fleur

Ingrédients

- 1 chou-fleur
- 50g de beurre
- 50g de farine
- 70cl de lait
- Sel, poivre, muscade
- Emmental râpé
- [Flocons d'orge*](#)

Préparation

Détaillez le chou-fleur en fleurettes puis faites-le cuire à la vapeur jusqu'à ce qu'il soit tendre. Cela dure environ 20 minutes.

Pendant ce temps, préparez la béchamel. Pour cela faites fondre le beurre dans une casserole puis ajoutez la farine, on obtient un roux. Versez le lait petit à petit en remuant sans cesse. Assaisonnez avec du sel, du poivre, de la noix de muscade râpée. Laissez cuire à feu doux jusqu'à ce que le mélange épaississe, en remuant régulièrement à l'aide d'une spatule en bois ou d'un fouet.

Préchauffez le four à 180 degrés. Déposez le chou-fleur cuit dans un plat à four. Versez la béchamel dessus. Saupoudrez de fromage râpé et de chapelure (ou flocons comme moi).

Enfournez pour une petite demie heure jusqu'à ce que le gratin soit doré. À servir bien chaud.