



Extrait du AMAP Court-Circuit Saint-Denis

<http://www.amap-court-circuit.org/spip.php?article11>

Blettes au gratin

- Recettes -

Date de mise en ligne : jeudi 30 septembre 2010

AMAP Court-Circuit Saint-Denis

Blettes au gratin

Suite à la première distribution, voici une première recette pour les blettes en gratin express :



Ingrédients :

- ▶ 1 kg de blettes
- ▶ 40 g de fromage râpé
- ▶ 1 à 2 pincées de persil haché
- ▶ 1 jaune d'oeuf
- ▶ 20 cl de crème épaisse
- ▶ un peu de noix de muscade
- ▶ sel, poivre

Faites blanchir les blettes à l'eau bouillante pendant 20 à 25 min, et égouttez.

Disposez une couche de blettes dans un plat à gratin huilé, et assaisonnez avec muscade râpée, sel, poivre. Saupoudrez de fromage râpé et d'une pincée de persil haché... Remplir le plat à gratin de plusieurs couches de blettes et fromage.

Faites une sauce épaisse avec les 2 jaunes d'oeuf battus et la crème fraîche. Versez-la sur les blettes.

Saupoudrez de chapelure et faites gratiner à four chaud pendant 15 min.

Bon appétit :)