Gratin de choux romanesco

Nombre de personnes : 4

Temps de préparation : 20 minutes.

Temps de cuisson : 30 minutes.

Ingrédients :

1 chou romanesco
2 cuillères à soupe de parmesan en copeaux
1 poignée de pignons de pin

Pour la béchamel :
25 g de beurre
25 g de farine
25 cl de lait
1 cuillère à café de muscade en poudre

Etape 1 :

Détaillez le chou romanesco en bouquets et faites-le cuire 5 min à l'autocuiseur.

Etape 2 :

Préparez votre béchamel en faisant fondre le beurre à feu doux, puis en versant dedans la farine en pluie.
Laissez cuire à feu doux 2 min en remuant sans arrêt.
Retirez du feu et versez le lait froid, petit à petit.

Etape 3 :

Remettez à feu doux et toujours en remuant, faites chauffer jusqu'à l'épaississement souhaité (environ

5 min).
Ajoutez du sel, du poivre et la muscade.

Etape 4 :

Faites revenir vos pignons dans une poêle chaude, sans ajout de matières grasses, jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

Etape 5 :

Mettez votre four à préchauffer à 210°C, thermostat 7.

Etape 6 :

Dans un plat à gratin, versez les bouquets de chou, la béchamel, les pignons de pin puis le parmesan.

Etape 7 :

Faites cuire 25 min au four et dégustez…