

GRATIN DE BROCOLIS AU CITRON



6SP / PERS



30 min



4

Ingrédients

1 kg de brocolis
Le jus d'1 citron
40 g. de farine
500 ml. de lait demi écrémé
60 g. d'emmental râpé
Noix de muscade
Sel et poivre au goût

Préparation

1. Préchauffer le four à 210°.
2. Faire cuire à la vapeur les brocolis.
3. Une fois cuit, les placer dans un plat allant au four, ajouter le jus de citron.
4. Dans une casserole, délayer la farine dans un peu de lait pour éviter les grumeaux. Ajouter le reste du lait. Sur feu moyen, remuer sans cesse jusqu'à épaissement du mélange.
5. Saler, poivrer, ajouter un peu de noix de muscade, et le gruyère.
6. Verser la béchamel sur les brocolis.
7. Laisser gratiner au four pendant 15 à 20 minutes.

JEN EATS

Découvrez encore plus de recette en visitant :

www.jeneats.fr

© Jen eats – Tous droits réservés