

CHICONS AU GRATIN

Avec une béchamel maison

Informations :

- difficulté : facile
- pour 4 personnes
- préparation d'environ 10 minutes
- cuisson d'environ 30 minutes



Ingrédients :

Pour le plat en tant que tel :

- 4 grosses endives
- 4 tranches de jambon
- 1 poignée d'emmental râpé pour faire gratiner

Pour la sauce béchamel :

- 50cL de lait
- 40g de beurre
- 4 cuillères à soupe de farine
- Noix de muscade moulue
- Sel et poivre du moulin

Préparation :

- 1) Commencer par faire cuire les endives entières dans une grande casserole d'eau bouillante salée pendant une vingtaine de minutes. Stopper la cuisson quand les endives sont tendres à cœur (les piquer avec une fourchette pour vérifier).
- 2) Pendant ce temps, préparer la sauce béchamel :
 - Commencer par faire fondre le beurre dans un petit bol au micro-ondes.
 - Une fois fondu, l'ajouter à la farine dans un grand récipient et bien mélanger pour former un roux.
 - Porter le lait à ébullition dans une casserole à fond épais.
 - Quand celui-ci a atteint son ébullition, le verser sur le mélange beurre/farine dans le grand récipient et fouetter afin qu'il n'y ait pas de grumeau.
 - Verser le tout dans la casserole ayant servi à chauffer le lait et remettre en cuisson sur feu doux.
 - Ne pas cesser de touiller jusqu'à ce que la béchamel épaississe.
 - Une fois bien épaisse, assaisonner de muscade moulue, sel et poivre du moulin justement dosés.
- 3) Quand les endives sont cuites, les égoutter et les placer sur un papier absorbant pour en ôter l'excédent d'eau.
- 4) Les rouler dans les tranches de jambon et placer les endives ainsi emmaillotées dans un plat à gratin allant au four.
- 5) Recouvrir de béchamel et saupoudrer d'emmental râpé.
- 6) Faire cuire à four chaud à 220° C pendant 10 minutes jusqu'à ce que le fromage fonde et gratine.

👉 Les astuces de la p'tite Poule Rousse :

→ Jambon de porc, de dinde ou de poulet, à vous de décliner cette recette !