

## GRATIN DE CHOU FLEUR (thermomix)



### Ingrédients:

- 1 litre d'eau
- 700 g de chou-fleur
- 1 cube de bouillon de légumes
- sel
- 150 g de fromage râpé
- *pour la béchamel :*
- 60 g de farine
- 40 g de beurre
- 250 g de crème
- 250 g de lait
- 1 pincée de noix de muscade
- du poivre
- 1 c à café de sel

### Préparation:

- préchauffer le four à 220°
- laver et détailler le chou-fleur en bouquets et les placer dans le varoma
- mettre dans le bol, l'eau et le bouillon cube puis programmer 35 minutes température varoma à vitesse 2
- à l'arrêt de la minuterie réserver le varoma et vider le bol
- afin de préparer la béchamel, mettre tous les ingrédients dans le bol puis régler 7 minutes à 90°, vitesse 4
- à l'arrêt de la minuterie vérifier la consistance de la béchamel et au besoin rajouter du lait et 100 g de fromage râpé et mixer 15 secondes à vitesse 4
- beurrer le plat à gratin, répartir les bouquets de chou-fleur puis verser la sauce béchamel et parsemer de fromage râpé
- mettre au four 20 minutes

THERMOMINOUX 2012

<http://thermominoux.over-blog.com>