



GRATIN DE CHOU VERT EN BÉCHAMEL

Pour 4 ou 6 personnes, il faut :

- un chou vert moyen
- des lardons fumés
- 50 g de farine
- 50 g de beurre
- 1/4 de litre de lait
- sel
- poivre
- une pincée de noix de muscade
- fromage râpé

Faire blanchir le chou une dizaine de minutes, puis le refroidir avant de le découper en lanières.

Préparer une béchamel avec le beurre, la farine, le lait, saler, poivrer, noix-de-muscader. Ajouter les lardons à la toute fin.

Répartir le chou dans un plat allant au four. Napper de béchamel et saupoudrer de fromage râpé.

Faire gratiner à four chaud (180°) pendant 25 minutes environ.