

Gratin de brocolis

4 pers 30 mn

Les **ingrédients**

- 2 brocolis
- 100 g d’amande
- 50 g de beurre
- 50 g de farine
- 1/3 L de lait
- 1/3 L de crème liquide
- Sel, poivre
- Noix de muscade

La **recette**

Etape 1

Lavez les brocolis et faites-les précuire 15 min à l’eau bouillante salée ou 10 min à la vapeur. Egouttez-les.

Etape 2

Dans une casserole, faites fondre 50 gr de beurre et ajoutez 50 gr de farine, faites légèrement curie le roux blanc.

Etape 3

Faites bouillir le lait et ajoutez le sur le roux avec un peu de noix de muscade râpée, sel et poivre.

Etape 4

Laissez épaissir la béchamel et ajoutez ensuite la crème et les amandes en poudre.

Etape 5

Disposez les brocolis dans un plat à gratin et arrosez avec la béchamel aux amandes, poivrez encore et faites gratiner 20-30 min au four.