

Gratin de chou chinois



Gratin de chou chinois

4 personnes :

1 chou chinois

1 oignon rouge + 1 échalote

2 gousses d'ail

10 cl de bouillon de volaille

4 cl de crème fraîche + 1 CC bombée de moutarde à l'ancienne

40 g de parmesan râpé

Poivre et sel, huile d'olive

- Couper le chou chinois en lamelles grossières et les rincer. Les blanchir ensuite à l'eau bouillante salée, pendant 5 minutes et égoutter le tout, soigneusement.
- Préchauffer le four à 180°C.
- Éplucher, puis couper finement, l'oignon et l'échalote. Peler, dégermer et hacher l'ail. Les faire revenir pendant 5 minutes, dans une poêle anti adhésive, avec un trait d'huile d'olive. Déglacer enfin, avec le bouillon de volaille.
- Hors du feu, ajouter la crème et la moutarde et remuer. Incorporer ensuite le chou chinois égoutté et remuer encore pour bien incorporer la sauce.
- Mettre le tout dans un plat à gratin et enfourner pendant 30 minutes à 180°C.
- Au bout de ce temps, sortir le plat, saupoudrer le gratin de parmesan râpé et remettre au four, pendant 10 minutes supplémentaire.

