

Gratin de quinoa aux petits légumes et chèvre frais

Pour un plat à gratin moyen :

- 250 g de quinoa et lentilles corail mélangés
- 150 g de chèvre frais
- 2 carottes
- 1 bulbe de fenouil (*pas mis car on n'est pas fan, j'ai mis un reste de poireau*)
- 1 oignon
- 25 g de beurre (*1 càc d'huile d'olive*)
- 1 cube de bouillon de légumes
- 50 cL d'eau
- sel
- poivre

Rincer le quinoa à l'eau froide dans une passoire. Dans une casserole, faire chauffer un demi litre d'eau et faire dissoudre le cube de bouillon de légumes. Faire cuire le quinoa et les lentilles corail pendant 10 min dans ce bouillon. Egoutter et réserver.

Laver le fenouil et les carottes. Eplucher les carottes et l'oignon. Emincer tous les légumes. Dans une sauteuse, les faire revenir dans le beurre ou dans l'huile. Laisser cuire environ 5 min. Saler et poivrer.

Préchauffer le four à 210°C (th. 7). Beurrer un plat à gratin (ou pas). Dresser le gratin en alternant une couche de quinoa + lentilles, de légumes et de fromage. Enfourner et laisser cuire 15 min.

