



Gratin de blettes au jambon & béchamel



4-6 PERS.



1 H



Ingrédients

- 800 g de blettes (côtes + feuilles)
- 4 à 6 tranches de jambon blanc Madrange
- 50 g de fromage râpé (Comté, Emmental ou Gruyère) pour gratiner
- 1 c. à s. d'huile d'olive ou 20 g de beurre
- 1 gousse d'ail (facultatif)
- Sel, poivre

Béchamel

- 60 g de beurre
- 60 g de farine
- 600 ml de lait
- 1 pincée de noix de muscade
- Sel, poivre
- 100 g de fromage râpé (Comté, Emmental ou Gruyère)



Préparation

Préparer les blettes :

- Séparez les côtes blanches des feuilles. Coupez les côtes en bâtonnets de 2-3 cm et émincez grossièrement les feuilles.
- Blanchissez les côtes 8-10 min dans une eau bouillante salée, puis les feuilles 2-3 min. Égouttez, rafraîchissez, pressez bien pour enlever l'excès d'eau.
- Faites revenir l'ail haché dans l'huile ou le beurre, ajoutez les blettes, salez, poivrez et faites sauter 3-4 min à feu moyen. Réservez.

Béchamel :

- Faites fondre le beurre, ajoutez la farine et mélangez 1 min (roux). Versez le lait froid petit à petit en fouettant, puis laissez cuire à feu doux jusqu'à épaississement. En dehors du feu ajoutez le fromage râpé, la muscade, salez, poivrez.

Montage et cuisson :

- Préchauffez le four à 200 °C (chaleur tournante 190 °C).
- Beurrez un plat. Étalez la moitié des blettes, parsemez la moitié du jambon coupé en lanières, nappez avec un tiers de béchamel. Recommencez (bledtes, jambon, béchamel).
- Terminez par le reste de béchamel, le fromage râpé et, si vous aimez, quelques petits morceaux de jambon sur le dessus.
- Enfournez 20-25 min jusqu'à gratinage doré. Laissez reposer 5 min avant de servir pour des parts nettes.



Conseils du Chef

- Boost de goût : fouettez 1 c. à c. de moutarde douce ou 30 g de parmesan dans la béchamel.
- Saupoudrez le dessus d'un mélange fromage râpé + chapelure pour une croûte ultra croustillante.