



Gratin de brocolis

Ingrédients pour 3 personnes :

- 2 œufs
- 2 tranches de jambon dégraissé
- 15 cl de crème fraîche
- 100g de fromage râpé
- Poivre
- Sel
- Muscade
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 cs huile
- 300g de brocoli
- Chapelure

Temps de préparation :

30 mn

Temps de cuisson :

45 mn

Température de cuisson :

180°C

Recette :

1. Faire bouillir un fond d'eau légèrement salée dans une grande casserole.
2. Plonger les brocolis, couvrir et laisser cuire à feu doux. Batre les 2 œufs dans un grand bol, ajouter la crème, le sel, le poivre et la noix de muscade. Mélanger.
3. Ajouter les 2 tranches de jambon préalablement coupées en petits morceaux ainsi que le tiers du fromage râpé. Mélanger le tout.
4. Lorsque les brocolis sont tendres, les égoutter le plus possible. Préchauffer le four (180°C). Faire chauffer un fond d'huile dans la casserole et y mettre l'oignon haché grossièrement. Faire revenir à feu très doux et ne pas faire brunir !
5. Y ajouter les deux gousses d'ail pressées et les brocolis. Assaisonner légèrement et bien mélanger.
6. Verser le contenu de la casserole dans un plat à gratin, bien étaler. Verser le mélange d'oeufs, étaler le tout de façon uniforme.
7. Saupoudrer de chapelure et du restant de gruyère râpé. Mettre le plat au four, toujours sur 180°C et laisser cuire pendant entre 30 et 45 min.
8. Vérifier la cuisson de temps en temps... L'ensemble doit être (en fin de cuisson) assez dense, un peu comme une grosse omelette.

Commentaires :