

Les PLATS enrichis



Ingrédients :

- ✓ 600g de légumes au choix (chou-fleur, carotte, endive, poireaux...) crus, surgelés ou en conserve
- ✓ 30g de gruyère râpé
- ✓ Sauce béchamel enrichie
- ✓ 2 tranches de jambon blanc

Gratin de légumes



4 personnes



5 min.



30 min.

Préparation:

1



Réunir tous les ingrédients.

2



Laver, peler et couper les légumes. Les faire cuire à l'eau ou à la vapeur.

3



Disposer les légumes dans un plat à gratin. Napper de sauce béchamel enrichie.

4



Ajouter le gruyère râpé et enfourner 15 minutes à 210°C.

5



Laisser tiédir et servir !

Bon appétit !