

GRATIN DE POIREAUX

Ingrédients:

- 1 kg de poireaux¹
- 1 cuillerée à café de sel
- 1/2 cuillerée à café de poivre
- 200 g de gruyère râpé
- 30 g de beurre
- 2 cuillerées à soupe de farine
- 1/4 l de lait chaud
- 1 petit oignon, émincé
- 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive
- 1 pincée de muscade

Enlever la partie verte des poireaux et bien les laver.¹ Les faire bouillir dans de l'eau salée pendant 20 mn. Les égoutter et couper en rondelles. Faire revenir l'oignon dans l'huile jusqu'à ce qu'il devienne transparent. Pour préparer une sauce Béchamel, faire fondre le beurre. Ajouter la farine d'un seul coup, et continuer la cuisson jusqu'à ce que le mélange se détache des parois de la casserole. Délayer avec le lait chaud et porter à ébullition. Retirer du feu, saler et poivrer, et ajouter le fromage. Beurrer un plat allant au four et y disposer les poireaux et l'oignon. Verser la sauce Béchamel dessus. Saupoudrer légèrement de noix de muscade. Faire cuire pendant 20 mn au four moyen.



ACTIVITÉS

1. De quelle famille de légumes le poireau fait-il partie?
2. Quels autres légumes peut-on préparer «au gratin»?
3. Préparez ce plat avec plusieurs qualités de fromage et faites une dégustation. Quelle version est la plus moelleuse, élastique, douce, piquante, etc.?
4. Cherchez sur Internet d'autres recettes de plats avec des poireaux. De quelle catégorie sont-elles? Soupes? Légumes? Hors d'oeuvre?
5. Pourquoi met-on de la farine dans une sauce?

Notes

¹ La propreté des poireaux dépend de la façon dont ils ont été cultivés. Parfois on trouve beaucoup de sable entre les différentes couches de poireaux. Dans ce cas, il faut couper le poireau jusqu'au milieu dans le sens de la longueur. On peut ainsi ouvrir le poireau et faire pénétrer l'eau entre les différentes couches.