



WINE BOX

**Cabriz tinto**  
Un plat néerlandais qui s'accorde avec l'élégance portugaise. Vieilli 4 mois en fût de bois, ce vin se marie parfaitement au vieux fromage.



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 44  
2016



Prenez votre plat en photo et partagez-la sur Une surprise attend les plus belles photos !

## Gratin de pommes de terre à la hollandaise au vieux fromage

Avec des oignons de printemps pour plus de goût et de croquant

La béchamel, ou sauce blanche, est souvent utilisée comme sauce de base dans la cuisine française et italienne. Lorsqu'on ajoute la farine au beurre fondu, on obtient ce que l'on appelle le roux. Revisitez cette sauce classique en y ajoutant de la noix de muscade que vous allez râper vous-même.

conserver au réfrigérateur

30-35 min

beaucoup d'opérations

à manger dans les 3 jours

végétarien

plaît aux enfants



Chou-fleur



Tranches de pommes de terre



Fenouil



Estragon frais



Oignons de printemps



Vieux fromage



Oignon



Gousse d'ail



Noix de muscade

## Ingrédients

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Chou-fleur (g)	150	300	450	600	750	900
Tranches de pomme de terre (g)	200	400	600	800	1000	1200
Oignon	½	1	1	2	2	3
Gousse d'ail	1	2	2	3	3	4
Fenouil	½	1	1½	2	2½	3
Noix de muscade (boule)	1	1	1	1	1	1
Estragon frais (branches) <b>23)</b>	2	4	6	8	10	12
Oignons de printemps	2	4	6	8	10	12
Fromage vieux (g) <b>7)</b>	50	100	150	200	250	300
Bouillon de légumes (ml)*	150	300	450	600	750	900
Beurre (cs)*	1	2	3	4	5	6
Farine (cs)*	3	6	9	12	15	18
Poivre et sel*	Selon le goût					

\* À ajouter vous-même

## Allergènes

**7)** Lait/lactose

Peut contenir des traces de **23)** céleri.

## Ustensiles

Casserole avec couvercle, écumoire, râpe fine, wok ou sauteuse, fouet, plat à four

**Valeurs nutritionnelles** 637 kcal | 26 g protéines | 65 g glucides | 27 g lipides dont 17 g saturés | 13 g fibres



**1** Préchauffez le four à 220 degrés. Pour le chou-fleur, portez 500 ml d'eau par personne à ébullition dans la casserole avec couvercle et préparez le bouillon.

**2** Découpez les bouquets de chou-fleur en fleurettes et les tiges en morceaux. Laissez cuire à couvert 10 minutes à feu moyen-vif. Retirez le chou-fleur de la casserole à l'aide de l'écumoire, puis faites cuire les tranches de pomme de terre 2 à 3 minutes dans la même eau. Égouttez et réservez.



**3** Émincez l'oignon et écrasez l'ail ou hachez-le très finement. Découpez le fenouil en quarts, ôtez le cœur dur et émincez finement. Râpez la noix de muscade à l'aide d'une râpe fine. Détachez les feuilles d'estragon des branches et émincez-les. Découpez les oignons de printemps en rondelles.

**4** Faites chauffer la majeure partie du beurre dans le wok ou la sauteuse et faites-y revenir l'oignon et l'ail à feu doux pendant 1 minute. Ajoutez la farine et touillez 2 minutes à feu moyen. Ajoutez ⅓ du bouillon et mélangez au fouet jusqu'à son incorporation. Répétez cette opération deux fois avec le reste du bouillon. Portez à ébullition et poursuivez la cuisson 1 minute.



**5** Ajoutez le fenouil et ½ cc de noix de muscade par personne, puis laissez mijoter à couvert 6 à 7 minutes. Au dernier moment, ajoutez le chou-fleur, la moitié de l'estragon, ⅔ des oignons de printemps et la moitié du vieux fromage, puis remuez jusqu'à ce qu'il fonde.

**6** Graissez le plat à four avec le reste de beurre. Disposez les tranches de pommes de terre dans le fond, couvrez-les du mélange au chou-fleur, garnissez du reste de fromage, puis enfournez 15 minutes.



**7** Servez le plat sur les assiettes. Selon votre goût, garnissez du reste d'estragon et d'oignons de printemps.

**Conseil !** Vous manquez de temps ? Servez les tranches de pommes de terre et le chou-fleur avec la sauce séparément et garnissez d'oignons de printemps et de fromage.