

Les recettes

des

Récoltes du caillou

FEUILLES • LÉGUMES • FRUITS

Producteur
Ch'Api'Culture



Gratin aux légumes de saison Papaye verte, basilic et jeunes pousses

Ingrédients

Pour environ 8 personnes

- > 5 jeunes pousses de chouchoutes
- > 2 chouchoutes
- > 5 jeunes pousses de citrouilles
- > ½ citrouille
- > 2 papayes vertes
- > 3 jeunes feuilles de papaye
- > 200 gr de basilic
- > 1 boîte de lardon
- > 1 oignon
- > 1 petit morceau de gingembre
- > 10 feuilles de basilic Thaï
- > 1 cuillère de curcuma
- > Du gruyère râpé

Pour la béchamel :

- > 200 gr de beurre + 100 gr de farine de blé
- + Lait + 1 cuillère de moutarde
- Optionnel :** 1 cuillère de farine de banane verte et de farine d'ambrevade

> Feuilles > Légumes > Fruits
des récoltes du caillou

par Delphine

Gratin aux légumes de saison

La recette



Bon Appétit !

Lavez les différentes feuilles avec avec de l'eau dans laquelle on a versé un peu de vinaigre blanc.

1

Coupez en morceau la papaye verte, la citrouille, les chouchoutes et les pousses.

2

Plongez la papaye verte, la citrouille, la chouchoute et les pousses dans de l'eau bouillante pendant 20 min.

3

Dans une poêle, faites revenir l'oignon et les lardons puis ajouter la baselle.

4

Pour faire la béchamel : faites fondre le beurre puis ajouter les farines et le lait petit à petit. Puis ajouter la moutarde.

5

Une fois que les légumes sont cuits, égouttez-les et mélangez-les à la poêlée baselle/lardons. Mettre le tout dans un plat à gratin et recouvrir de la béchamel. Puis ajoutez le gruyère râpé.

6

Dans un four déjà préchauffé, faites cuire 20 min à 180°C.

7

Servez chaud avec quelques feuilles de basilic par-dessus le gratin !
Vous pouvez l'accompagner d'une salade ou d'une roquette.

