

GRATIN DE CHOU PAKSOY ET COURGETTES

Retrouvez toutes nos recettes sur www.panier-naturel.com

Facile	Coût faible
Préparation : 20 minutes	Cuisson : 35 minutes
Pour 4 personnes	1 casserole, 1 plat a gratin

Ingrédients :

1 chou paksoy
3 courgettes
50 gr de parmesan
30 gr de gruyère
20 cl de crème liquide
sel et poivre

Préparation :

- 1 - Couper en petits morceaux les côtes du Paksoy et les courgettes.
- 2 - Les faire cuire complètement dans une casserole d'eau bouillante (20-25 min pour le paksoy et 10-15 min pour les courgettes).
- 3 - Egoutter les légumes, les mettre dans un plat à gratin et saupoudrer de parmesan (mélanger grossièrement).
- 4 - Ajouter la crème, le sel, le poivre et le gruyère sur le dessus.
- 5 - Laisser gratiner au four à 200 °C (thermostat 7) pendant 10 minutes.