

# Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

## **GRATIN D'OREILLES D'ÂNE**

**Pour 6 personnes :**

**500g épinards :**

**Equeuter les épinards, les laver, les essorer et les mettre directement dans une sauteuse. Les faire fondre sans les surcuire. Les égoutter complètement en les pressant de temps en temps. Les hacher grossièrement avec un couteau. Réserver.**

**Pâte à crêpe : 240g farine - 1 pincée de sel - 1 cuillère à soupe d'huile - 2 oeufs - 1/2 litre de lait entier frais -**

**Fouetter tous les ingrédients dans un saladier. Couvrir d'une assiette. Laisser reposer 1/2 heure ou non. Huiler la poêle avec 1 càs d'huile de pépins de raisin. Lorsque l'huile est bien chaude, verser 1 louche moyenne dans la poêle tout en la tournant.**

**Décoller les bords avec une spatule métallique. Retourner. Cuire légèrement. La déposer sur une assiette. Renouveler l'opération jusqu'à épuisement de la pâte. Réserver en couvrant d'un film alimentaire.**

**Sauce : 40g beurre - 40g farine - 1/2 litre de lait - 1 jaune d'oeuf - noix de muscade moulue - sel - poivre -**

**Fondre le beurre dans une casserole, ajouter la farine en mélangeant à la spatule en bois. Verser le lait petit à petit, saler, poivrer et ajouter une pointe de couteau de noix de muscade moulue. Faire épaissir. Hors du feu ajouter le jaune d'oeuf. Réserver.**

**Finition : 100g crème fraîche - 100g gruyère râpé -**

**Préchauffer le four à 210°C (th.7). Beurrer un plat à gratin de 36X26cm (le mien est ovale). Déposer un peu de sauce sur chaque crêpe, rouler et couper en 4 tronçons. Les déposer dans le plat. Répartir les épinards. Verser le reste de sauce (s'il vous en reste comme moi) puis la crème fraîche. Parsemer du gruyère râpé. Enfourner et cuire 25 minutes.**

**\* Vous pouvez préparer votre plat la veille, le recouvrir de film alimentaire au contact, le mettre au réfrigérateur et le faire cuire seulement le lendemain.**