

Gratin de cardons à la Lyonnaise – au Comté



Catégorie

Plat



Personnes

4 personnes



Temps préparation

30 minutes



Temps de cuisson

55 minutes



ANDROUET

Ingrédients

100 g Vieux [Comté](#)
salé râpé
250 g Béchamel
3 l blanc de cuisson
8 branches de cardons
1/2 citron
1 oignon
sel, poivre

Préparation

Epluchez soigneusement les cardons, écartez toute tige dure ou flétrie. Détachez les blanches et tendres. Coupez-les à 8 cm de longueur en tirant les filaments. Frottez-les au citron et jetez-les immédiatement dans une marmite contenant trois litres de « blanc » à légumes en ébullition. Laissez cuire à gros bouillons durant 40 minutes. Ecartez du feu. Egouttez sur une serviette. Pendant ce temps, émincez et blondissez les oignons au beurre. Préparez un roux clair qui servira de base à la béchamel, dans laquelle vous incorporez les 4/5 du fromage râpé. Reprenez les cardons, rangez-les dans un plat à four beurré. Nappez-les de sauce Béchamel à l'oignon et au fromage. Poudrez la surface avec la dernière pincée de fromage. Enfourez en haut du four pour gratiner 15 minutes à 260°.

On peut appliquer cette recette aux fonds d'artichauts, aux céleris en branches, aux salsifis, aux poireaux et aux bettes.