

## GRATIN DE CARDONS A LA CRÈME

Ingrédients pour 4 personnes

- 1 kg de cardons
- 50 g de fromage râpé
- 30 g de beurre
- 3 noisettes de beurre
- 1 c. à s. de farine
- 250 ml de lait
- 100 ml de crème
- 1 citron
- sel, poivre
- 

### Recette:

- Eplucher les cardons.
- Frotter avec un linge.
- Couper en tronçons.
- Les mettre au fur et à mesure dans de l'eau citronnée.
- Cuire à l'eau bouillante salée durant 30 minutes.
- Préparer la béchamel avec la farine, le beurre et le lait.
- Saler, poivrer.
- Incorporer la crème et 40 g de fromage.
- Préchauffer le four à 250°C.
- Egoutter les cardons, les éponger dans un linge.
- Déposer dans le fond d'un plat à gratin.
- Recouvrir de béchamel.
- Saupoudrer avec le restant de fromage et 3 noisettes de beurre.
- Enfourner pour 15 minutes.

Servir chaud.

Source : [//www.cuisinealafrancaise.com/](http://www.cuisinealafrancaise.com/)

**Bon Appétit**

