

ENDIVES GRATINÉES A LA RACLETTE

Jeudi 15 Mars2018

Pour finir un restant de raclette qui traîne au frais :

Endives gratinées à la raclette pour 2 personnes et 3pp- 5 sp vert bleu violet par part

- 4 endives*
- 75 g de bacon en fines tranches*
- 50 g de raclette en tranches
- 5 g de beurre à 41 %
- sel poivre blanc

Laver les endives, retirer les cônes de base et les couper en 2. Les cuire à la vapeur 8 minutes (cocotte-minute). Bien les égoutter et les assaisonner

Préchauffer le four 180 ° (th 6)

Beurrer légèrement deux ramequins

Déposer dans chacun la moitié des endives entourées de bacon.

Poser dessus les tranches de raclette

Enfourner 15 minutes, la raclette doit être fondue

Servir aussitôt



Ne saler pas trop, le bacon et la raclette le sont déjà

J'enlève la base des endives pour éviter qu'elles ne soient trop amères

Pour le repas du soir : salade 100 g de pommes de terre champignons crème allégée (3pp- 4 sp) -endives gratinées à la raclette (3pp- 3 sp) -salade de fruits maison (0pp- 0 sp).
Total : 6pp-7sp

Excellent jeudi

Lilou3158 (blog : cuisine contrôlée by lilou light.fr)

Tous droits réservés