

Gratiné de sarrasin aux poireaux

Ustensiles

1 planche à découper
1 bon couteau
1 faitout
1 balance
1 cuillère à soupe
1 cuillère à café
2 casseroles
1 fourchette
1 plat à gratin à gratin



Ingrédients (pour 6 personnes)

200 g de sarrasin en grain
400 g d'eau
1 c. à c. de tamari (sauce soja)
1 noisette de beurre
800 g de poireaux
1 c. à s. de crème fraîche ou de purée d'amandes
½ c. à c. de sel fin
1 pincée de thym
125 g de comté



Préparation de la recette :



Faire doucement chauffer les grains de sarrasin dans une casserole. Amener l'eau à ébullition dans une autre casserole avec le sel, le tamari et le thym. Quand l'eau est bouillante, la verser sur les grains chauds, baisser et laisser cuire à couvert 20 minutes sans remuer.

Une fois le sarrasin cuit, l'égrener en faisant fondre le beurre puis le mettre dans un plat à gratin.

Laver et émincer le poireau. Le cuire à l'étouffée dans un faitout avec un peu de sel à couvert pendant 4 minutes sur feu vif puis 15 minutes sur feu doux, sans ouvrir ni remuer.

A la fin, incorporer la crème fraîche ou la purée d'amandes pour lier les poireaux. Les déposer sur le sarrasin et couvrir le tout de lamelles de comté. Laisser gratiner 10 minutes au four à 180°C.

Bon appétit !

