

# MOULES GRATINÉES À LA BÉCHAMEL

Février 2007 (Actualisé en février 2017)

## Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 2 Kg de moules de bouchot
- ★ 1 petite carotte
- ★ 1 oignon paille
- ★ 50 cl de lait demi-écrémé
- ★ 90 g de beurre (25+25+30+10)
- ★ 30 g de farine
- ★ 1 brin de persil
- ★ 2 feuilles de laurier
- ★ 1 branche de thym
- ★ 2 cuillères à soupe de chapelure
- ★ Poivre du moulin

Ustensiles : Faitout, Casserole, Plat à four en terre

Préparation : 30 mn

Préchauffage : 10 mn

Cuisson : 30 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 6,35 € (Soit 1,59 € par personne)



## Recette :

Nettoyer les moules à l'eau courante, gratter les coquillages qui adhèrent à la coquille et retirer le byssus (barbe); jeter les moules qui restent ouvertes. Peler l'oignon et le hacher finement. Peler la carotte et la couper en brunoise. Ciseler le persil. Placer les moules dans un faitout, ajouter 25 g de beurre coupé en dés, l'oignon haché, la brunoise de carottes, le persil, le thym, le laurier et poivrer généreusement. Faire chauffer à feu mi vif en faisant sauter de temps en temps, pendant 8 minutes jusqu'à ce que tous les coquillages soient ouverts. Laisser tiédir.

Préchauffer le four à 210°C (Thermostat 7). Dans une casserole faire une béchamel avec la farine, 30 g de beurre et le lait. Décoquiller les moules, les placer dans la sauce et laisser mijoter 5 minutes. Beurrer un plat en terre avec 10 g de beurre, verser la béchamel aux moules, saupoudrer de chapelure et du reste de beurre coupé en dés et mettre à gratiner 10 minutes à four chaud. Servir aussitôt.

## Boisson :

Un Reuilly blanc servi à 10°C. (\*)

(\*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.