

Gratin de côtes de blettes

Encore une recette avec des **blettes** vous allez me dire ! Eh oui, j'avoue que j'aime vraiment ça, et il se trouve que cette semaine, j'en avais à nouveau dans mon panier de légumes retiré à l'AMAP. Du coup, je vous propose une nouvelle recette de **blettes**, toute simple et pas très originale certes, mais que je prépare assez souvent car c'est assez rapide à réaliser, la séparation des côtes des feuilles étant la seule étape un peu fastidieuse à faire. Pour aujourd'hui, je vous donne donc la recette des **côtes de blettes en gratin**, avec de la **crème liquide** et **du fromage**, idéale pour perdre les kilos en trop avant l'été ! (Vous l'aurez bien compris, je ne connais pas les régimes, d'ailleurs je ne sais même pas ce que ce mot veut dire... :-P)

Préparation : 30 min

Cuisson : 30 min

Ingrédients pour 6 personnes :

1 kg de blettes après épluchage (environ 15/20 tiges)
Du gros sel
60 g de comté râpé
140 ml de crème liquide
Un peu de parmesan râpé
Du poivre
Un peu de sel

Préparation :

1. Enlevez tout d'abord les feuilles des côtes de blettes avec un couteau.
2. Épluchez ensuite légèrement les côtes avec un couteau à dents afin d'enlever les fils, puis coupez-les en cubes grossiers avec une paire de ciseaux, puis rincez-les.
3. Faites cuire les côtes de blettes dans une cocotte minute, avec un fond d'eau et du gros sel, pendant environ 10 minutes, à partir du moment où le 'bitognot' siffle.
4. Égouttez les côtes de blettes.
5. Préchauffez votre four à 180°C (th.6). Versez les côtes dans un plat à gratin. Vous pouvez faire une béchamel pour réaliser ce gratin, mais moi j'avoue que je ne m'embête pas trop : j'ajoute la crème liquide (qu'il m'arrive de couper avec un peu de lait), du comté râpé, un peu de sel si nécessaire, du poivre, je mélange un peu le tout, et je termine par parsemer du parmesan râpé sur le dessus.
6. Enfourniez enfin le gratin pendant 10 minutes, puis terminez la cuisson en position grill pendant 5 minutes environ, jusqu'à ce que le fromage dore légèrement.

Le petit conseil de Nadoo : Vous ne savez pas quoi faire avec les feuilles des blettes ? Sachez qu'elles se mangent aussi, et sont délicieuses dans une soupe maison, avec simplement quelques pommes de terre, un oignon et les feuilles.

