Gratin de potiron

Plat chaud

Note : 1

Portions :2 parts

Difficulté : 2

Temps de préparation :25 min

Temps de cuisson/repos :50 min

Calories par portion : 573.5 Kcal

Charge glycémique par portion: 24.438

Les ingrédients

- 500.0 gr Potiron
- 1.0 p Poivre
- 100.0 gr Lardons
- 2.0 p Noix de Muscade
- 2.0 u Oignon
- 100.0 gr Gruyère
- 15.0 cl Bouillon de boeuf
- 10.0 gr Beurre
- 250.0 gr Pommes de terre

Un gratin automnal...

Préparation légumes
- Eplucher les oignons et le potiron, et découper le tout en petits morceaux,
- Eplucher les pommes de terre et les découper en fines lamelles.
- Faire revenir dans le une casserole avec le beurre, les oignons puis le potirons, ajouter ensuite le bouillon de boeuf.
- Faire cuire une dizaine de minute à feux moyen pour ramolir le potiron.
- Assaisonner le tout avec le poivre et la noix de muscade.

Préparation de la viande
- Dans une poële dégraisser les lardons
- Ajouter les lardons dans la préparation au potiron

Préparation du gratin
- Dans un plat anti-adhésif, verser la préparation de potiron puis posittioner les lamelles de pommes de terres.
- Décorer le gratin avec le gruyère rapé

Cuisson
- Enfourné à 200°c pendant 50 minutes