

Le gratin de cardons de Pierre Gallay

(cultivateur genevois de cardon)

Ingrédients pour 4 personnes :

1 kg de cardons crus
10 g de beurre pour le plat

Roux simplifié pour la sauce :

1 c.à.s de beurre
1 c.à.s de farine
2,5 dl du jus de l'eau de cuisson des cardons
2,5 dl de crème
2 pincées de noix de muscade
100 g de Gruyère AOP râpé
sel et poivre

Matériel de cuisine :

1 autocuiseur ou riteuse
1 cuillère en bois pour mélanger
1 fouet
1 couteau
1 plat à gratin

Méthode à suivre :

1. Laver et éplucher 1 kg de cardons frais, puis les couper.
2. Cuire les cardons dans de l'eau avec une tombée de lait dans une casserole à haute cuisson jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
3. Préchauffer le four à 150 °C.
4. Mettre les cardons cuits dans un plat à gratin préalablement beurré.
5. **Sauce** : faire fondre le beurre dans une casserole. Ajouter la farine en remuant à l'aide d'un fouet. Chauffer à feu moyen jusqu'à obtenir un roux blond. Ajouter le jus de l'eau de cuisson des cardons petit à petit sans cesser de remuer afin d'éviter les grumeaux. Cuire en remuant jusqu'à obtention d'une consistance assez épaisse.
6. Retirer du feu. Ajouter la crème et la noix de muscade, saler, poivrer.
7. Verser la sauce sur les cardons. Parsemer de Gruyère râpé.
8. Cuire 1h au milieu du four chaud.