



BÉCHAMEL CHAMPIGNONS & JAMBON

- 4 personnes

INGRÉDIENTS

- 50 g de farine
- 500 à 600 ml de lait
- 200 g de Champignons (ou autres légumes : carottes, poireaux ...)
- 4 tranches de Jambon ou blanc de dinde
- 50 g de fromage râpé (gruyère, comté ...)
- 1 càs Huile d'olive
- Beurre pour plat
- Sel et poivre
- Ciboulette

USTENSILES

- Couteau + planche à découper
- Poêle
- Casserole
- Plat pour four

TEMPS DE PRÉPARATION

- Préparation | 25 min
- Cuisson | 20 min

MÉTHODE

- 1** Lavez, épluchez et couper en lamelle les champignons. Dans une poêle, faites chauffer l'huile d'olive, ajoutez les champignons et faites-les revenir pendant quelques minutes.
- 2** Dans une casserole, faites bouillir les 3/4 du lait. Dans un bol, diluez à froid la farine et le reste de lait. Puis ajoutez le mélange lait et farine dans le lait frémissant. Portez à ébullition sans cesser de tourner jusqu'à épaississement. Assaisonnez : sel, poivre.
- 3** Coupez vos tranches de jambon ou de dinde en petits morceaux et ciselez la ciboulette. Ajoutez à la béchamel, les champignons, les morceaux de jambon ou de dinde, le fromage râpé et la ciboulette ciselée.
- 4** Garnissez vos crêpes de cette préparation puis disposez-les dans un plat au four préalablement beurré. Enfournez à 170°C pour 20 minutes.