

FONDS D'ARTICHAUTS GRATINÉS.

INGRÉDIENTS:

6 artichauts
4 tranches de jambon
150 gr de parmesan
50 gr de beurre
3 c à soupe de crème fraîche entière
1 bol de béchamel
1 pincée de muscade
Sel, poivre.

Préparation :

Choisir des artichauts tendre et de même calibres, coupez le bout des feuilles sur 5 cm, lavez-les à l'eau citronnée, afin qu'ils ne noircissent pas, les cuire 40 mn à l'eau bouillante salée, égouttez-les, pointe des feuilles vers le bas.

Hachez finement le jambon, mélangez-le avec 1 bol de béchamel la crème fraîche entière, 100 gr de parmesan, 1 pincée de muscade en poudre, salez légèrement, poivrez.

Faites cuire sur feu doux quelques minutes en mélangeant.

Les artichauts égouttés et refroidis, retirez les feuilles, ôtez le foin des fonds.

Emplissez largement avec la préparation au jambon.

Disposez-les dans un plat beurré, saupoudrez-les avec le reste de parmesan, ajoutez une noisette de beurre.

Faites gratiner 10 mn à four moyen.

