

Choux de Bruxelles gratinés



www.audalacuisine.com

✓ Ingrédients

pour 4 personnes :

- 1 kg de choux de Bruxelles
- 100 g d'allumettes de bacon
- 80 g de parmesan
- 1 oignon
- 2 cuillères à soupe de moutarde
- 2 cuillères à soupe de miel
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre



✓ Préparation :

Enlevez les premières feuilles des choux de Bruxelles, coupez la base et lavez-les.

Faites cuire les choux de Bruxelles dans un grand volume d'eau bouillante salée pendant 20 minutes. Égouttez-les et plongez-les immédiatement dans de l'eau froide pour qu'ils conservent leur couleur vive.

Pelez et émincez finement l'oignon. Dans un fait-tout, faites chauffer l'huile d'olive et faites revenir l'oignon. Ajoutez les allumettes de bacon, les choux de Bruxelles et faites-les dorer.

Préchauffez le four à 210°C.

Dans un bol, mélangez la moutarde et le miel. Arrosez les choux de Bruxelles avec ce mélange et prolongez la cuisson de 5 minutes en remuant de temps en temps. Rectifiez l'assaisonnement.

Versez les choux de Bruxelles dans un plat à gratin. Saupoudrez avec le parmesan.

Enfournez pour 10 minutes et dégustez immédiatement.

www.audalacuisine.com