





ŒUFS MOLLETS FLORENTINE AUX JEUNES POUSSÉS D'ÉPINARD

Ingrédients				
	2 pers.	4 pers.	2 pers.	4 pers.
Dans votre box :				
Gros œufs	4 pièces	8 pièces		
Farine	30 g	60 g		
Noix de muscade râpée	1 pincée	1 pincée		
Emmental râpé	30 g	60 g		
Pousses d'épinard	250 g	500 g		
Lait	40 cl	80 cl		
Dans votre placard :				
Beurre	30 g	60 g		
Huile d'olive	5 cl	5 cl		
Sel				
Poivre du moulin				



Réalisation de la recette

 Préparation : 15 mn

 Cuisson : 15 mn

1. Les œufs mollets et les épinards

- Faire bouillir une casserole d'eau. Plongez les œufs et les faire cuire 6 minutes. Les sortir de l'eau et les écaler.
- Dans une poêle avec un filet d'huile d'olive, faire cuire les pousses d'épinard pendant 3 minutes et assaisonnez de sel et de poivre.

2. La béchamel

- Pour la béchamel, dans une casserole, faire fondre le beurre puis ajoutez la farine. Faire cuire 1 minute, puis versez le lait. Faire cuire en fouettant jusqu'à épaississement. Assaisonnez de sel, poivre et noix de muscade.

3. Le gratin

- Préchauffez le grill du four.
- Dans un plat, allant au four, déposez au fond les épinards, posez dessus les œufs et versez la béchamel. Parsemez d'emmental et gratinez sous le grill du four pendant quelques minutes.

4. Le dressage

- Servir en assiette creuse 2 œufs par personne, un lit d'épinards et la béchamel gratinée.

5. Le + du Chef

- Pour éviter que les œufs ne se fêlent à la cuisson, vous pouvez ajouter un filet de vinaigre blanc dans l'eau de cuisson.

