

Tarte chou-fleur et jambon

Pour 6 personnes :

Ingrédients :

1 pâte brisée

1 chou-fleur frais ou 500 g de chou-fleur surgelé en fleurettes

150 g de gruyère râpé

4 œufs

4 tranches de jambon cuit

30 g de farine

2 pincées de muscade

25 cl de lait

30 g de beurre

Sel et poivre

Préchauffez le four à 180°C. (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Divisez le chou-fleur en bouquets, ôtez les très grosses côtes, lavez les bouquets. Plongez-les dans l'eau bouillante salée pendant 20 minutes. Égouttez.

Pendant la cuisson du chou-fleur, préparez une béchamel. Faites fondre le beurre dans une casserole. Ajoutez la farine. Mélangez pendant 1 minute. Versez le lait d'un seul coup en tournant en faites cuire à petit feu jusqu'à épaississement. Salez, poivrez et ajoutez la muscade.

Cassez les œufs et séparez les blancs des jaunes. Dans un saladier, mettez les bouquets de chou-fleur et écrasez-les avec une fourchette. Ajoutez les jaunes d'œufs, la béchamel puis le jambon détaillé en petits morceaux. Salez et poivrez. Montez les blancs en neige ferme. Incorporez-les délicatement à la préparation. Versez le tout sur le fond de tarte, parsemez de gruyère râpé et mettez au four pendant 40 minutes.