



Gratin de pâtes, fondue de poireaux, jambon et comté

Phase : **Stabilisation**

Par portion | Apports de référence %

Énergie	Matières grasses	Acides gras saturés	Sucres	Sel	Protéines	Glucides
407 kcal	14,0 g	7,57 g	15,4 g	1,11 g	24,4 g	41,7 g
21 %	16 %	17 %	17 %	22 %	42 %	8 %

Difficulté : ★★★★★

Coût : ★★★★★

Catégorie
Plat

Prêt en
15 min

Cuisson
20 min

Ingrédients

Pour 1 personne

- 40 g de pâtes non cuites (ex : coquillettes)
- 1 poireau émincé
- 100 ml de crème allégée
- 50 g de dés de jambon
- 15 g de comté râpé
- 1 cuillère à café de moutarde
- 1 cuillère à café de margarine liquide allégée
- 1 échalote émincée
- poivre et sel

Préparation

1. Préchauffez le four à 200°. Cuisez les pâtes dans de l'eau bouillante selon les indications mentionnées sur l'emballage.
2. Chauffez la margarine liquide dans une casserole et faites suer l'échalote. Ajoutez le poireau et poursuivez la cuisson à feu moyen pendant 5 minutes.
3. Ajoutez la crème, la moutarde et les dés de jambon. Laissez mijoter encore 5 minutes. Assaisonnez.
4. Une fois cuites, ajoutez les pâtes à la préparation et mélangez le tout. Versez dans un plat allant au four. Parsemez de comté râpé.
5. Enfouez pour 10 minutes.