

Coliflor gratinada con bechamel, bacon y queso

Para 4 personas aproximadamente

Subida por antonio el 01/03/2010

Etiquetas: Primeros, Tmx, Verduras



INGREDIENTES

1 Kg. de Coliflor cortada en ramilletes

1 l. de Agua

Para la bechamel de cobertura

30 g. de bacon

50 g. de Aceite de oliva

110 g. de Harina integral (o normal)

Sal y Pimienta

800 g. de Leche, preferiblemente entera

Para gratinar

Queso rallado al gusto

PREPARACIÓN

1 - Pon en el vaso el litro de agua y pon el varoma en su posición con la coliflor limpia y en ramilletes.

Programa 30 minutos, Varoma, velocidad 1.

Es importante que el varoma cierre bien. Si no es así, acaba de cerrarlo con papel albal.

Acabado el tiempo comprueba que la verdura está blanda, si no es así, programa unos minutos más.

2 - Prepara el grill del horno.

3 - Prepara la bechamel de cobertura con el bacon:

a) Pon 50gr de aceite en el vaso y el báculo, calienta 4 minutos, 37°C, velocidad 1.

b) Agrega 110gr de harina (yo usé integral) y tústala 2 minutos, 100°C, velocidad 1.

c) Añade la sal, la pimienta y la leche y mezcla 4 segundos en velocidad 4.

d) Cocina programando 7 minutos, 100°C, velocidad 4.

4 - Pon la coliflor cocinada en una fuente refractaria y vierte por encima la bechamel. Agrega el queso y gratina unos minutos con el grill hasta que esté dorada. Sirve caliente.

OTROS COMENTARIOS

la bechamel la podéis hacer más líquida o más densa, añadiendo más leche a vuestro gusto.