

LE GRATIN CHOU-FLEUR MORUE DE GUY SAVOY

La Recette

<https://www.cuisinedaubery.com/recipe/gratin-chou-fleur-morue/>

Une recette simple et traditionnelle, mais comme Guy Savoy l'explique : la simplicité est un aboutissement. Cette recette intemporelle nous replonge dans la cuisine de maison que Guy Savoy nous fait revivre

Chef : Guy Savoy

Temps de préparation : 20 Minutes

Temps de cuisson : 45 Minutes

Difficulté : Niveau Facile

Cuisine : Cuisine Française

Plats : Gratin, Plat Salé,

Ingrédients

Pour 4 personnes

500 grammes de Morue

1 Chou-fleur

1 pincée de Sel

1 pincée de Poivre

*Option 1 (Savoy)

500 grammes de Crème Liquide Entière 45,45 Centilitres/454,55 Millilitres

*Option 2 (Mon choix)

500 grammes de Sauce Béchamel Pour la recette, voir ICI

Pour 2 personnes

250 grammes de Morue

1/2 Chou-fleur

1 pincée de Sel

1 pincée de Poivre

*Option 1 (Savoy)

250 grammes de Crème Liquide Entière 22,73 Centilitres/227,27 Millilitres

*Option 2 (Mon choix)

250 grammes de Sauce Béchamel Pour la recette, voir ICI

Pour 6 personnes

750 grammes de Morue

LE GRATIN CHOU-FLEUR MORUE DE GUY SAVOY

1,5 Chou-fleur

1 pincée de Sel

1 pincée de Poivre

*Option 1 (Savoy)

750 grammes de Crème Liquide Entière 68,18 Centilitres/681,82 Millilitres

*Option 2 (Mon choix)

750 grammes de Sauce Béchamel Pour la recette, voir ICI

Instructions

La morue

1. Il faut commencer par déssaler la Morue (500 g) :
2. Cela prend quelques heures : à faire la veille. Pour déssaler la Morue, la méthode se trouve ICI
3. Une fois déssalée, la Morue doit être découpée en petits morceaux, puis réservée

Le chou-fleur

4. Laver et éplucher le Chou-fleur (1), puis couper en gros morceaux
5. On n'utilise pas les parties dures et vertes : à jeter
6. Faire bouillir de l'eau salée dans une marmite
7. Plonger le Chou-fleur
8. Attendre 5 minutes
9. Préparer un grand bol avec de l'eau et des glaçons
10. Au bout des 5 minutes, retirer le Chou-fleur
11. Plonger dans l'eau froide : Cela va arrêter la cuisson

Option 1 (Savoy) : avec de la crème réduite

12. Je vous propose deux solutions qu'il faudra que vous choisissiez : La 1ère est la sauce qu'indique Savoy : il s'agit de crème réduite. Je n'aime pas cette sauce, je vous propose juste après mon choix (Option "2") une sauce Béchamel que je trouve plus savoureuse
13. Dans une casserole propre, verser la Crème Liquide Entière (500 g ou 45,45 Centilitres/454,55 Millilitres) et cuire à feu fort
14. Faire réduire la Crème Liquide Entière de moitié à feu doux
15. On cherche à obtenir une crème nappante, assez épaisse comme une sauce

Option 2 (la mienne !) : avec une Sauce Béchamel

16. Voilà la 2ème solution (la mienne !) qui rend le plat tellement plus intéressant : Au lieu de crème réduite (option 1), vous pouvez plutôt utiliser de la Sauce Béchamel (500 g)
17. Je trouve le résultat plus savoureux et généreux ! La recette est ICI

Montage

18. On commence par déposer la moitié de la Morue dans un plat à gratin. Pour acheter en ligne, c'est ICI

LE GRATIN CHOU-FLEUR MORUE DE GUY SAVOY

19. Puis on dépose la moitié du Chou-fleur
20. puis la Morue
21. et on termine par le reste de Chou-fleur
22. - Verser la Crème Liquide Entière si vous avez choisi la recette de Savoy
23. - -ou- la Sauce Béchamel, si vous êtes très intelligents et que vous avez plutôt choisi ma recommandation (je n'essaie absolument pas d'influencer votre choix, bien entendu). La sauce étant un peu épaisse, il faudra remuer
24. Assaisonner avec le Sel et le Poivre

Cuisson

25. Mettre à gratiner dans un four, avec le grill supérieur afin de faire griller le plat (ou une "salamandre")
26. Guy Savoy indique que la cuisson au grill devrait prendre 20 minutes
27. Contrôler de temps en temps, et retirer avant de brûler le plat !