

# LE GRATIN CHOU-FLEUR MORUE DE GUY SAVOY

## La Recette

<https://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 Salée

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 Salée

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 Salée

## 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

On a besoin de Morue Salée : nom donné au cabillaud lorsqu'il est salé et séché

Question qui n'est pas si bête : Pourquoi saler la morue puis la dessaler ? Pourquoi ne pas utiliser de cabillaud non salé ?

- D'abord parce que les recettes à base de morue ont été élaborées à une lointaine époque quand on ne pouvait pas réfrigérer : la salaison permet de conserver le cabillaud
- D'autre part, la salaison du cabillaud change sa composition chimique, sa texture et son goût : on n'obtient pas le même goût quand on prend du cabillaud non salé : la morue déssalée apporte une saveur particulière

1. Il faut déssaler la Morue Salée (500 g) pour la cuisiner : cela consiste à la tremper dans de l'eau claire, ce qui va absorber le sel. Cela prend quelques heures : à faire la veille.
2. Pour déssaler la Morue Salée, on a déjà vu la méthode : voir ICI
3. Une fois déssalée, la Morue Salée peut 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 vif

## LE GRATIN CHOU-FLEUR MORUE DE GUY SAVOY

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
17. Je trouve le résultat plus savoureux et généreux ! La recette est ICI

### **Montage**

18. On commence par déposer la moitié de la Morue Salée dans un plat à gratin. Pour acheter en ligne, c'est ICI
19. Puis on dépose la moitié du Chou-fleur
20. puis la Morue Salée
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 êsuivez ma recommandation. La sauce étant un peu épaisse, il faudra bien 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 bruler le plat !