

■ LE GRATIN DE FENOUIL/
VIANDE HACHÉE

pour 4 personnes

800 g de fenouil; 1 oignon moyen; 250 g de viande de bœuf haché; 50 g de parmesan; 30 g de margarine.

Pour la sauce: 2 cuillerées à soupe de farine; 30 g de beurre de cuisine; 2 dl d'eau de cuisson des légumes; 1 dl de lait; un peu de sel; un peu de muscade.

1. Laver le fenouil et enlever les parties dures. Dans une marmite d'eau bouillante salée, cuire les légumes 15 minutes à couvert. Puis mettre l'eau des légumes de côté. Peler l'oignon, le hacher finement. Faire revenir l'oignon et la viande dans un peu de margarine. Saler et mettre de côté.

2. Préparer la sauce, en faisant fondre un peu de beurre dans une casserole. Y mettre la farine et faire revenir sur feu moyen. Mouiller avec l'eau des légumes ainsi que le lait et remuer jusqu'à obtention d'une sauce lisse. Saler, muscader.

3. Préchauffer le four à forte chaleur. Graisser un plat à gratin. Y déposer les fenouils, puis la viande hachée. Parsemer de fromage râpé. Y verser la sauce. Gratiner à four moyen 15 minutes et servir.