

Gratin de pâtes (version light)



Je ne sais pas si vous connaissez le magazine Vital food mais dans tous les cas c'est un magazine qui regorge d'idées plus qu'appétissantes les unes que les autres et j'aime beaucoup également les variantes qu'il peut proposer pour certaine recette, comme par exemple pour ce gratin de pâtes. Il y a la recette initiale et il y a cette version light que j'ai voulu tester. Eh bien j'ai adoré tout simplement ! C'était vraiment succulent, gourmand. Le gratin est crémeux, fondant, savoureux, on sait vraiment régalé chez moi.

Pour 4 à 6 personnes

Ingrédients:

400g de macaroni

1L de lait demi-écrémé

80g de Maïzena

30cl de crème liquide légère

2 pincées de noix de muscade

100g de gruyère râpé

Sel, poivre

Préparation:

Préchauffez le four à 180°C (th.6).

Portez une casserole d'eau salée à ébullition et faites-y cuire les macaroni durant 6-7min. Egouttez-les et réservez.

Dans une casserole, portez à ébullition le lait avec du sel, du poivre et la noix de muscade. Ajoutez la Maïzena tout en fouettant pour éviter les grumeaux. Poursuivez la cuisson jusqu'à ce que la préparation épaississe.

Hors du feu, ajoutez la crème légère, la moitié du gruyère râpé ainsi que les pâtes.

Versez la préparation dans un plat à gratin et recouvrez du reste de gruyère râpé. Enfouez pour 30min environ, jusqu'à ce que le gratin soit bien doré.

Servez chaud.