

CHOU-FLEUR GRATINÉ & SENSATIONAL MINCE

INGRÉDIENTS

1 paquet de Sensational Mince
Garden Gourmet

200 g de fleurons de chou-fleur

1 oignon

1 gousse d'ail

1 poireau

125 g de feta (vegan)

🍴 2 PORTIONS

🕒 45 MIN

🍴 MOYENNE

Essaye cette délicieuse casserole vegan de chou-fleur et de feta accompagné de notre Sensational Mince Garden Gourmet !

PRÉPARATION

1. Préchauffer le four

Préchauffer le four à 200 degrés.

2. Préparer les ingrédients

Faire bouillir les bouquets de chou-fleur environ 5 minutes. Pendant ce temps, hacher l'oignon, presser la gousse d'ail et couper le poireau en rondelles.

3. Cuire le Sensational hachée

Faire revenir l'ail et l'oignon jusqu'à ce que l'oignon soit translucide. Ajoute ensuite le Sensational hachée Garden Gourmet et laisse-la cuire quelques minutes.

4. Construire la cocotte

Graisser un plat à four avec un peu d'huile. Construire maintenant la casserole; commencer par les bouquets de chou-fleur, puis le poireau, le mélange de viande hachée et recouvrir de feta émietté (vegan)

5. Cuire la cocotte

Cuire la cocotte au four pendant 20-25 minutes.

**RETROUVE D'AUTRES RECETTES SUR
GARDENGOURMET.BE/FR**