

# Gratin de salsifis à la sauge et au lard

Bonjour à tous !

Une idée facile et rapide pour déguster un légume peu courant vous intéresserait ? Bienvenue sur ce billet ! Nous allons parler du [salsifis](#): un légume ancien, un peu désuet, qui se présente sur les étals sous forme de longues tiges noires. Mes gourmands l'adorent.

Ce légume est apprécié par mes gourmands poêlé dans une généreuse couche de beurre. Il y a peu, pour leur faire plaisir, je leur ai proposé de sortir de leur classique et leur préparer un plat plus élaboré. Le temps étant encore un peu frais en soirée, c'est un gratin qui a été retenu : des salsifis fondants, une crème parfumée à sauge, du lard fumé pour leur côté carnivore, il n'en fallait pas plus pour aboutir à une recette qui semblait gourmande. Ils se sont régalés et on bien vite insisté pour que je l'itère..

J'avais donc envie de partager cette idée avec vous. Si vous ne trouvez pas de salsifis frais (c'est assez rare), vous pouvez toujours opter pour l'option en boîte de conserve. Cela aura toujours le mérite d'être plus rapide à préparer ; ). Bonne journée



Gratin de salsifis à la sauge et lard fumé

---

## Gratin de salsifis à la sauge et au lard fumé



Une recette de gratin salsifis parfumé à la sauge et lard fumé. Vite préparé, c'est un accompagnement savoureux!

**Saison de la recette : Décembre – Mars**

- 800 g de salsifis frais (équivalent 2 boites)
- 200 ml de crème légère
- 100 ml de lait
- 1 cuillère à café de maïzena
- 4 tranches de lard fumé (ou de pancetta)
- 2 feuilles de sauge
- sel et poivre

### **Préparation des salsifis frais.**

1. Lavez soigneusement vos salsifis. Retirez la tête puis épluchez les à l'économe jusqu'à ce qu'ils n'aient plus de peau noire. Parfois il faut 2 bons passages à l'économe avec des « lavages intermédiaires » pour retirer les résidus.
2. Coupez les en tronçons de 2-3cm.
3. Faites les cuire dans de l'eau bouillante sale jusqu'à ce qu'ils soient tendre (10 minutes environ). Égouttez et réservez.

### **Composition & cuisson du gratin**

1. Disposez les salsifis dans un plat à gratin ou de petits ramequins.
  2. Coupez le lard en petits morceaux et mélangez avec les salsifis.
  3. Dans un grand bol, mélangez la crème, le lait, la maïzena, sel, poivre et sauge hachée. Versez cette préparation sur les salsifis.
  4. Enfourniez ensuite à 180°C, pendant 25 minutes environ (jusqu'à ce que le gratin gratine..). Dégustez chaud.
- \* Ces gratins de salsifis accompagneront bien une viande rouge ou blanche.

Accompagnement, Légumes  
Française  
gratin salsifis

---