

Des idées de gratins végétariens !

Écrit par Hélène

Mercredi, 21 Septembre 2016 19:53 - Mis à jour Mercredi, 21 Septembre 2016 20:02



Le gratin est un incontournable, présent à chaque saison, que vous pouvez décliner de toutes sortes de façons différentes. Chaque [recette de gratin](#) est unique !

Au printemps, place aux asperges avec le gratin de printemps aux petits légumes de saison et quinoa gourmand, avec des asperges, des carottes, des petits pois, des haricots verts, le tout agrémenté d'une bonne béchamel.

Pour l'été, nous avons craqué pour le gratin de céréales méditerranéennes façon grecque, à base de céréales méditerranéennes Tipiak, de poivrons rouges sautés, tomates, feta, olives noires et pignons de pin. Original et sain !

En automne, jouez la carte de l'originalité avec le gratin de couscous au potiron façon crème brûlée. L'association de deux grands classiques pour un résultat surprenant et savoureux, très doux !



Hivernal, le gratin de carottes, châtaignes et céréales gourmandes façon parmentier ardéchois sera idéal en période de fêtes avec sa purée de carottes et châtaignes, servie sur des céréales gourmandes, saupoudré de fine chapelure de pain, le must pour des gratins croustillants. Personnellement, j'en mets toujours sur mes gratins de macaroni, mes tians, mes parmentiers !

Enfin, pour voyager, essayez le parmentier à l'indienne au couscous parfumé aux épices douces et carottes, assaisonné de lait de coco, jus d'orange, curry et coriandre fraîche. Miam !

N'hésitez pas à partager avec nous votre recette gratin végétarien !