KIKKOMAN

Gratin de pommes de terre et oignons à la crème en croûte de Panko

durée totale **50 Min. min.** **10 Min. min.** temps de préparation **40 Min. min.** temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):
3.561 kJ / 851 kcal

Matières grasses: **54,4 g** Protéines: **23,2 g**
Glucides: **61,6 g**

INGRÉDIENTS

4 portions

800 g	de pommes de terre
1	gousse d'ail
200 g	de crème (ou sinon : doubler la quantité de lait d'avoine)
200 ml	de lait d'avoine (ou de lait normal)
90 ml	Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman
1	boîte de maïs (= 425 ml)
125 g	de fromage râpé
4	oignons
2 càs	d'huile d'olive
3 càs	Sauce barbecue Teriyaki au miel & au goût fumé Kikkoman
100 g	de pois mange-tout
80 g	de beurre
40 g	Le Panko Kikkoman - la Chapelure croustillante à la japonaise
40 g	de graines de tournesol
	Noix muscade en poudre
	Poivre du moulin
	Poudre de poivron doux
	Poivre de Cayenne

PRÉPARATION

Étape 1

Éplucher les pommes de terre, les laver et les râper ou les couper en tranches fines.

Étape 2

Éplucher l'ail, le hacher menu et le faire chauffer avec la crème, le lait d'avoine et la sauce soja jusqu'à ébullition. Égoutter le maïs, l'incorporer à la préparation à la crème avec les pommes de terre, porter à ébullition et faire cuire env. 2-3 minutes. Ajouter le fromage, faire fondre et assaisonner avec la noix muscade, le poivre, la poudre de poivron et le poivre de Cayenne.

Étape 3

Éplucher les oignons, les couper en fines rondelles et les faire dorer dans l'huile chaude. Ajouter la Sauce Barbecue Teriyaki au miel, porter quelques secondes à ébullition et poivrer.

Étape 4

Préchauffer le four à 180°C (160°C chaleur tournante). Laver et nettoyer les pois mange-tout. Garnir un moule à gratin en alternant une couche d'oignons et pois mange-tout et une couche de pommes de terre.

Étape 5

Parsemer le gratin de petites noisettes de beurre, saupoudrer de chapelure Panko et de graines de

tournesol, faire cuire env. 30 minutes au four préchauffé et servir.