Chicons roulés au jambon et au fromage

Temps de préparation
30 min à 1h

Difficulté
Facile

Ingrédients

8 branches de chicons
40 grammes de beurre (+ extra)
40 grammes de farine
500 ml de lait
150 grammes de fromage râpé
8 tranches de jambon cuit
noix de muscade
sel et poivre

Méthode de préparation

1. **Préchauffez le four à 200 °C.**
2. **Retirez la partie dure à la base des chicons. Faites-les cuire à feu doux dans une poêle avec une petite noix de beurre et un filet d'eau. Assaisonnez de poivre, de sel et de noix de muscade. Laissez-les bien s'égoutter.**
3. **Préparez entre-temps la sauce au fromage : faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez jusqu'à obtention d'un mélange lisse. Faites cuire une minute. Ajoutez le lait progressivement, sans cesser de remuer, jusqu'à obtenir une sauce liée. Assaisonnez de poivre, de sel et de noix de muscade. Incorporez la moitié du fromage râpé.**
4. **Enroulez chaque chicon dans une tranche de jambon et disposez les roulés dans un plat à gratin beurré.**
5. **Versez la sauce au fromage par-dessus et parsemez du reste de fromage râpé.**
6. **Enfournez 20 à 25 minutes, jusqu'à ce que le fromage soit bien doré.**