

ENDIVE FARCIE

INGRÉDIENTS

- 1 kg de haché végétal SOJASUN
- 1 L de boisson de soja nature SOJASUN
- 10 endives cuites
- 3 gros oignons émincés
- 10 cl d'huile d'olive
- 50 g de farine
- 50 g de beurre
- 50 g d'emmental
- Sel, poivre, noix de muscade PM

PROGRESSION 10 !!

Réaliser une béchamel avec la boisson de soja, la farine et le beurre. Suer les oignons dans l'huile d'olive, ajouter le haché. Mélanger doucement puis incorporer les $\frac{3}{4}$ de la béchamel.

Couper les endives en deux dans le sens de la longueur puis les farcir avec la farce. Utiliser le reste de la béchamel et verser sur les endives.

Parsemer d'emmental et faire gratiner au four pendant 15 min à 180°C.

