



LA BELLE VIE

# Tous les ingrédients pour passer derrière les fourneaux

## Croque Madame au four

Pour 4 personnes | Très facile

22 min | **5.74€** La portion (prix indicatif)



Le croque Monsieur devient Madame avec un oeuf au plat :)  
À servir avec une bonne salade verte bien assaisonnée.

### Les ingrédients

- **8 tranche** de Pain de mie nature
- **4 tranche** de Jambon cuit
- **75 g** de Beurre doux
- **45 g** de Farine de blé tout usage (T45 ou T55)
- **4 pièce** de Oeuf
- **500 ml** de Lait demi écrémé
- **120 g** de Emmental rapé

### Étapes de préparation



**Préparation** : 10 min



**Cuisson** : 12 min



**Attente** : 0 min

### La préparation

- 1 Préchauffez votre four en fonction grill à 190°C.
- 2 Disposez 8 tranches de pain de mie sur une plaque allant au four. Étalez le un peu de beurre fondu (30 g) sur les faces du haut de chaque tranches, puis enfournez 5 minutes pendant que le four préchauffe.
- 3 Pendant ce temps, préparez la sauce Mornay.  
La sauce Mornay est tout simplement une sauce béchamel auquel on ajoute du fromage et parfois un jaune d'œuf.

- 4 Dans une casserole, faites fondre 45 g de beurre à feu doux. Ajoutez 45 g de farine et faites cuire 30 secondes en mélangeant.
- 5 Versez 500 ml de lait et continuez à mélanger 2 à 3 minutes pour faire épaissir la béchamel.
- 6 Hors du feu, ajoutez 40 g de gruyère râpé (et 2 jaunes d'oeuf si vous en utilisez) et mélangez pour le faire fondre. Poivrez généreusement.

## Le montage

- 7 Sortez du four la plaque avec le pain. Retournez-en 4 et étalez dessus 1 càs de sauce Mornay.
- 8 Ajoutez une tranche de jambon et refermez les croques avec les 4 autres tranches de pain.
- 9 Étalez la sauce restante sur le dessus des croques Monsieur puis parsemez avec le reste de gruyère (environ 80 g)
- 10 Enfournez entre 8 et 10 minutes pour faire gratiner le fromage.
- 11 Pendant ce temps, faites cuire 4 œufs au plat dans une poêle avec une noix de beurre.
- 12 Déposez les œufs sur les croques cuits et servez aussitôt avec une salade ou un mesclun bien vinaigré en assaisonnement.