

# Gratin de fruits de mer à l'estragon

## Ingrédients :

	Cocotte de base 4 pers.	Cocotte de base 6 pers.	Grande cocotte 8 pers.
Fruits de mer (frais ou décongelés)	500 g	750 g	1 kg
Champignons de Paris	150 g	225 g	350 g
Échalote(s)	1	2	3
Béchamel épaisse (p.242)	50 c	75 cl	90 cl
Jaune d'œuf	1	1	1
Chapelure	6 c. à s.	6 c. à s.	10 c. à s.
Sel, poivre	facultatif	facultatif	facultatif
Estragon	1/2 bouquet	1/2 bouquet	1 bouquet

## Préparation :

- 1 - Décongelez puis bien égouttez les fruits de mer.
- 2 - Coupez les champignons en lamelles ou égouttez-les bien s'ils sont en boîte.
- 3 - Préparez une **béchamel épaisse (p.242)** et ajoutez le(s) jaune(s) d'œuf(s) et l'estragon ciselé.
- 4 - Salez, poivrez et versez un peu de sauce au fond de la cocotte.
- 5 - Disposez les fruits de mer.
- 6 - Couvrez de champignons et d'échalotes émincées.
- 7 - Nappez avec le reste de sauce.
- 8 - Saupoudrez de chapelure.
- 9 - Fermez la cocotte et mettez en cuisson.

## Temps de cuisson :

	40 mn	50 mn	60 mn
<b>Inversion*</b>	20 mn	25 mn	30 mn
<b>HAUT :</b>	Maxi jusqu'à dorage puis Mini	Maxi jusqu'à dorage puis Mini	Maxi jusqu'à dorage puis Mini
<b>BAS :</b>	Mini	Mini	Maxi 15 m puis Mini

\*inversez la cocotte en cours de cuisson : voir p.7

## Conseils / Notes :

- Si vous ne faites pas décongeler les fruits de mer avant cuisson, majorez le temps de cuisson de 20 mn.

.....

.....

.....

.....