

# Croute aux flocons d'avoine et au chou rouge

Pour 4 :



- un petit chou rouge
- une pomme
- un oignon
- 150 g flocon d'avoine
- 300 ml lait de soja nature
- 80 g comté râpé
- 1 c soupe d'huile
- sel, poivre.

Laver le chou, le détailler en lanières.

Couper la pomme en dés.

Émincer l'oignon.

Faire chauffer l'huile dans une sauteuse, y verser l'oignon, le chou, la pomme.

Ajouter un peu d'eau.

Cuire à l'étouffée 20 min.

Dans un grand bol, mélanger les flocons avec le lait, le râpé.

Laisser reposer 15mn.

Verser sur la plaque du four en formant un rectangle.

Garnir de chou/pomme.

Enfourner 25 min, four à 180 ° .