



*Légumes variés*

# Tian de légumes d'été



**1h55** **25 min** **1h30** **0** **277**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

## Étape 1

Préparation des tian de légumes d'été

- 1 Préchauffer le four à 160°C (Th.5).
- 2 Laver les tomates, les courgettes et les aubergines. Peler l'oignon. Les couper en tranches d'environ 5 mm d'épaisseur.
- 3 Monter le tian en alternant les légumes de façon à obtenir un résultat visuel régulier. Veiller à bien serrer les couches. Saupoudrer d'herbes de Provence.
- 4 Peler et dégermer l'ail. Le mettre dans le bol d'un mixeur avec l'huile, l'eau, le basilic, le sel et le poivre.
- 5 Mixer puis verser la préparation à l'huile sur les légumes.
- 6 Enfourner pendant 1 h 30.

**1 Aubergine**  
**2 Courgette**  
**4 Tomate(s)**  
**2 Oignon(s)**  
**2 Gousse(s) d'ail**  
1 c. à soupe **Herbes de Provence**  
1 c. à soupe **Basilic**  
6 c. à soupe **Huile d'olive**  
**8 cl Eau**  
1 c. à café **Sel**  
1 c. à café **Poivre**

## Étape 2

Dressage

- 1 Sortir le plat du four et servir bien chaud.