



Crumble et gratins de légumes
Gratin de courgettes



50 min 15 min 35 min **0** **318**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

**Ingrédients pour la
garniture**

1 kg **Courgette**
1 **Gros sel**

**Ingrédients pour
l'appareil**

3 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
20 cl **Crème liquide
(fleurette)**
70 g **Emmental**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation des courgettes

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Laver les courgettes, couper les extrémités et les couper en rondelles un peu épaisses.
- 3 Conserver la peau car elle contient d'importantes vertus nutritives.
- 4 Plonger les courgettes dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 5 minutes, puis les égoutter dans une passoire.

Étape 2

Préparation et cuisson du gratin

- 1 Battre les œufs entiers avec la crème dans un bol pour former un appareil homogène. Saler et poivrer.
- 2 Disposer les rondelles de courgettes en rosace dans un plat à gratin. Arroser du mélange précédent et parsemer d'emmental préalablement râpé.
- 3 Enfourner pendant 30 minutes.

Étape 3

Dressage

1 Sortir le gratin du four et servir aussitôt.