



*Entrées chaudes aux légumes*

# Crème brûlée aux tomates séchées et courgettes



**1h30 45 min 30 min 15 min 290**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

## Ingrédients pour la farce

8 **Tomates séchées**  
240 g **Courgette**  
1 **Gousse(s) d'ail**  
1 **Huile d'olive**  
1 c. à café **Thym**  
1 **Sel**  
1 **Poivre cinq baies**

## Ingrédients pour les crèmes brûlées

15 cl **Lait entier**  
15 cl **Crème liquide (fleurette)**  
2 unité(s) entière(s) **Jaune(s) d'oeuf**  
1 c. à soupe **Parmesan**  
1 **Sel**  
1 **Poivre cinq baies**

## Ingrédients pour le vinaigre

### Étape 1

Préparation de la farce

- 1 Laver les courgettes et les râper.
- 2 Mettre l'ail dans une poêle avec l'huile et le faire revenir.
- 3 Ajouter les courgettes râpées, saler, poivrer et les faire revenir 7 minutes en remuant.
- 4 Une fois cuites, sortir les courgettes du feu et les réserver.

### Étape 2

Préparation de la crème

- 1 Dans une casserole, mélanger le lait avec la crème et les porter à ébullition.
- 2 Retirer le mélange du feu, le transférer dans un cul de poule et le faire refroidir 15 minutes environ.
- 3 Ajouter les jaunes d'oeuf, le parmesan, le sel et le poivre.
- 4 Fouetter le tout et réserver.

### Étape 3

## Préparation des crèmes brûlées

25 cl **Vinaigre balsamique**  
12.5 g **Sucre semoule**

- 1 Préchauffer le four à 170°C (Th.5-6).
- 2 Couper les tomates séchées en petits morceaux.
- 3 Les disposer sur les fond des cassolettes en les répartissant bien.
- 4 Ajouter les courgettes râpées.
- 5 Verser la crème sur les légumes.
- 6 Enfourner le cassolettes et faire cuire les crèmes 30 minutes.
- 7 Une fois ce temps passé, les sortir du four et les faire refroidir.
- 8 Si on les prépare la veille pour le lendemain ou si on les congèle, s'arrêter à cette étape.

### Étape 4

#### Préparation du vinaigre caramélisé

- 1 Mettre le vinaigre et le sucre dans une petite poêle.
- 2 Faire cuire 4 à 5 minutes en remuant, juste le temps pour faire évaporer le vinaigre et obtenir une sauce dense.
- 3 Réserver le vinaigre caramélisé au chaud.

### Étape 5

#### Dressage

- 1 A l'aide d'une petite cuillère, faire glisser le vinaigre caramélisé en gouttes sur la surface des crèmes.
- 2 Faire cette opération juste avant de servir les crèmes.
- 3 Passer les crèmes au grill du four 5 minutes et les servir aussitôt.