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

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

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

Préparation des crèmes brulées

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.

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