



Verrines

Verrines de légumes du soleil, chantilly au basilic



45 min **20 min** **25 min** **0** **68**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

50 g **Aubergine**
50 g **Courgette**
50 g **Tomate(s)**
25 g **Oignon(s)**
1 c. à café **Huile d'olive**
4 feuille(s) **Basilic**
4 c. à soupe **Crème
liquide (fleurette)**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Réalisation de la ratatouille

- 1 Eplucher et hacher l'oignon.
- 2 Laver, sécher puis couper en petits cubes les aubergines et les courgettes. Ne pas les mélanger.
- 3 Monder les tomates. Les couper en cubes.
- 4 Mettre une poêle à feu moyen, verser l'huile et quand elle est chaude ajouter l'oignon.
- 5 Laisser l'oignon jusqu'à ce qu'il devienne transparent et commence à dorer.
- 6 Ajouter l'aubergine et poursuivre la cuisson pendant 3 minutes en remuant bien.
- 7 Ajouter les courgettes puis les tomates, saler et poivrer, remuer et poursuivre la cuisson 3 minutes. Prolonger la cuisson quelques minutes si les légumes sont encore trop croquants.
- 8 Quand on réalise un plat avec plusieurs légumes et qu'ils ont des temps de cuisson différents, il vaut mieux les cuire séparément afin de préserver le goût et le caractère de chacun.

Étape 2

Dressage

- 1 Batta la crème jusqu'à obtenir la consistance d'une chantilly.
- 2 Pour batta la crème, il faut que la crème et l'ustensile dans lequel elle va être réalisée soient tous deux bien frais.
- 3 Répartir les légumes dans les verrines.
- 4 Répartir la crème à la poche à douille sur les légumes.
- 5 Terminer en posant une feuille de basilic sur chaque verrine.