

Crumble et gratins de légumes

Crumble de courgettes au chèvre


50 min 20 min 30 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

433

CALORIES

 Ingrédients
pour 6 personnes

Étape 1

Préparation des courgettes

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Couper les extrémités des courgettes et les couper en deux dans le sens de la longueur.
- 3 Râper les moitiés de courgettes à l'aide d'un robot.
- 4 Réserver dans un saladier.

Étape 2

Préparation des ingrédients

- 1 Effeuille et ciseler la menthe. Réserver avec les courgettes.
- 2 Eplucher et ciseler les échalotes. Les ajouter aux courgettes.
- 3 Eplucher et dégermer la gousse d'ail, puis la passer au presse-ail. Ajouter aux courgettes avec un peu de curry.
- 4 Couper le chèvre frais en deux et l'émietter grossièrement avec les doigts sur les courgettes.
- 5 Mélanger le tout à la main.
- 6 Pour éviter que les courgettes ne lâchent trop d'eau pendant la cuisson, les presser entre les mains et les

1 kg **Courgette**
 250 g **Chèvre frais**
 4 branche(s) **Menthe fraîche**
 2 **Echalote(s)**
 1 **Gousse(s) d'ail**
 1 c. à café **Curry**
 100 g **Farine**
 100 g **Beurre**
 75 g **Chapelure**
 40 g **Pignons de pin**
 1 c. à soupe **Huile d'olive**
 1 **Sel**
 1 **Poivre**

saupoudrer de semoule.

Étape 3

Préparation de la pâte à crumble

- 1 Dans un grand saladier, verser la farine, la chapelure, les pignons, le beurre en morceaux et un filet d'huile d'olive.
- 2 Travailler le tout du bout des doigts pour obtenir une texture sableuse en grosses miettes.
- 3 Beurrer légèrement les plats de cuisson au pinceau.
- 4 Déposer le mélange de courgette dans les plats, assaisonner, et recouvrir de crumble.
- 5 Enfourner pendant 30 minutes.
- 6 Si la pâte à crumble est trop molle, laisser quelques minutes au réfrigérateur avant de l'émietter.

Étape 4

Dressage

- 1 Sortir les crumbles du four.
- 2 Décorer d'une tête de menthe et d'une lamelle de courgette.