

Gratin de courgettes au saumon fumé

Plat principal

Très facile : 

Moyen : 



Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 5 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 kg de courgettes
 - 200 g de saumon fumé
 - 1 brique de crème fraîche légère
 - 2 oeufs
 - gruyère râpé
 - poivre
-

Préparation de la recette :

Faire cuire à la vapeur 5 min les courgettes préalablement coupées en morceaux.

Bien les égoutter.

Les écraser grossièrement.

Disposer la moitié des courgettes dans un plat à gratin.

Les recouvrir des tranches de saumon fumé.

Mettre le reste des courgettes sur le saumon.

Battre les 2 oeufs, rajouter la crème fraîche et le poivre.

Verser ce mélange sur le gratin.

Saupoudrer de gruyère râpé et mettre au four à 210°C (thermostat 7) pendant environ 30 min.



Recette proposée par ARNAUD_56