

Tian provençal

Accompagnement



Végétarien

Facile :  

Bon marché :  



Type de cuisson : Four

Puissance de cuisson : Grill

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 60 minutes

Ingédients (pour 4 personnes) :

- 400 g d'aubergines
 - 500 g de tomates
 - 300 g de courgettes
 - 1 oignon
 - 6 gousses d'ail
 - 50 g de beurre
 - 1 cuillère d'huile d'olives
 - herbes de Provence
 - sel et poivre
-

Préparation de la recette :

Préchauffez le four à 180°C (thermostat 6).

Beurrez un plat ovale allant au four.

Épluchez les gousses d'ail et l'oignon.

Coupez l'oignon et une seule des 5 gousses d'ail en petits morceaux.

Enfournez 5 à 10 min, l'oignon en morceau et les morceaux d'une seule gousse d'ail. Puis laissez un peu refroidir le plat.

Lavez les légumes, puis coupez-les en rondelles de même épaisseur et si possible de même diamètre.

Disposez-les dans le plat, sur l'ail et l'oignon revenus au four, debout par rangée successive : tomate, courgette, tomate, aubergine et ainsi de suite; intercalez les 5 gousses d'ail restante.

Salez, poivrez, arrosez d'huile d'olive, et saupoudrez d'herbes de Provence.

Enfourner pendant 1 h 30.
