

# Pain de courgettes

Se consomme tiède ou froid



La préparation



Le service

**Ingrédients** – Convives : 2 – Préparation : 25 min – Cuisson : 30 à 40 min - TH 6-7 – 200°C



1 courgette moyenne



1 gousse d'ail



2 oeufs



4 càs de crème fraîche



4 càs d'huile d'olive



1 càc d'herbes séchées



Poivre et sel



2 càs de chapelure

## Préparation

1. Préchauffer le four à TH 6-7 – 200°C.
2. Peler les courgettes une raie sur deux, les rincer, les couper en deux dans la longueur.
3. Couper les moitiés en 3, sens de la longueur, puis débiter en petits dés, réserver.
4. Eplucher et débiter l'ail en petits morceaux.
5. Faire dorer le tout dans une poêle huilée – Courgettes, ail et herbes, poivre et sel.
6. Cuire à feu moyen pour 20 min environ, à couvert, en remuant q.q. fois.
7. Verser les courgettes dans un moule à cake beurré.
8. Battre les œufs puis incorporer la crème et la chapelure, battre de nouveaux.
9. Verser la préparation sur les courgettes, remuer délicatement.
10. Passer au milieu du four pour 30 à 40 min – TH 6-7 – 200°C.
11. Surveiller la dorure. Servir tiède ou froid.

Résultat : Une recette... qui n'a pas gonflé. Encore une recette vérolée du net. !

Bon en entrée tiède, mais pas en pain de courgettes. A refaire !

\* \* \* 15 mars 2022 \* \* \*