

Les recettes du mas d'Issoire

Timbales de courgettes au Picodon

Ingrédients:

Le Picodon ne doit pas être frais

Pour 6 courgettes pelées un sur deux (comme pour le concombre -voir plus haut)

3 cl de crème fraîche entière ou crème de soja

1 œuf

1 picodon dodu

2 échalotes

Feuilles de menthe et basilic hachées (1 dizaine)

Préparation:

Faire revenir dans l'huile d'olive les échalotes émincées,

y mettre les cubes de courgettes,

saler, poivrer,

laisser cuire 20 mn.

Mixer en plusieurs fois, (en ayant soin d'égoutter les courgettes, ne pas réduire en bouillie) en mettant d'abord des lamelles de picodon, puis des courgettes, puis un peu de crème fraîche.

Dans un saladier, rajouter un œuf, du persil, du basilic, des feuilles de menthe hachés, râper un peu de muscade, sel poivre.

Mettre dans des ramequins un peu hauts, ou mieux utiliser des cercles de métal sans fond de 5/6 cm de haut que vous posez sur la lèchefrite recouverte de papier de cuisson.

Four thermostat 6 pendant 30 mn

Démouler précautionneusement

ou servez dans les ramequins.