

Mes idées recettes de chez ...

Panier des Champs



l'authenticité par nature

Pain de courgettes



Niveau



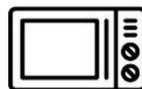
Facile

Préparation



25 min

Cuisson



45 min

Prix



Bon marché

INGRÉDIENTS

(Pour 6 personnes)

Chez Panier des champs :

- 3 courgettes
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon
- 4 œufs

En épicerie :

- 1 petit pot de crème fraîche
- 3 biscottes émiettées (chapelure)
- Sel et poivre
- Basilic
- 100g de parmesan

EN CUISINE

- Peler quelques courgettes (selon grosseur), les couper en petits dés, puis les faire revenir à l'huile d'olive 20 à 25 mn avec l'ail haché, le sel, le poivre et le basilic.
- D'autre part, battre énergiquement 4 œufs, puis y incorporer la crème fraîche et la chapelure. Mélanger le tout aux courgettes.
- Cuire environ 45 mn à four moyen, dans un moule à cake beurré et tapissé de rondelles de courgettes.
- Servir tiède ou froid.

BON APPÉTIT



