

Courgettes rondes aux deux tomates et tuiles à la tapenade

Les ingrédients pour 2 personnes :

2 courgettes rondes
2 tomates moyennes
4 beaux pétales de tomates séchées à l'huile d'olive
1 c à s de pignons
8 olives de Nice
1 c à s de basilic ciselé
huile d'olive
Velours de balsamique
Sel

Pour 12 tuiles à la tapenade :

50 g de tapenade
25 g de farine
1 blanc d'oeuf
Thym frais
1 morceau de parmesan
Poivre

Préparation des tuiles :

Dans un saladier mettre la tapenade avec la farine, mélanger puis ajouter le blanc d'oeuf non battu. Verser 1 c à s d'eau dans la préparation et mélanger.

Avec un économe faire de petits copeaux de parmesan.

Sur une plaque à four antiadhésive, faire des petits tas de pâte à la tapenade et les étaler finement avec le dos d'une cuillère pour faire des cercles de 8 cm de diamètre environ. Saupoudrer les tuiles de thym effeuillé et parsemer de copeaux de parmesan.

Faire cuire 5 à 7 mn dans un four préchauffé à 180° (adapter la cuisson en fonction du four). Décoller les tuiles de la plaque avec une spatule à la sortir du four et les mettre à refroidir sur une grille.

Préparation des tuiles :

Dans un saladier mettre la tapenade avec la farine, mélanger puis ajouter le blanc d'oeuf non battu. Verser 1 c à s d'eau dans la préparation et mélanger.

Avec un économe faire de petits copeaux de parmesan.

Sur une plaque à four antiadhésive, faire des petits tas de pâte à la tapenade et les étaler finement avec le dos d'une cuillère pour faire des cercles de 8 cm de diamètre environ. Saupoudrer les tuiles de thym effeuillé et parsemer de copeaux de parmesan.

Faire cuire 5 à 7 mn dans un four préchauffé à 180° (adapter la cuisson en fonction du four). Décoller les tuile de la plaque avec une spatule à la sortir du four et les mettre à refroidir sur une grille.

Préparation des courgettes :

Avec un couteau pointu découper dans les courgettes des petits chapeaux en dents de scie.

Cuire les courgettes à la vapeur avec les chapeaux pendant une quinzaine de minutes. Les courgettes doivent être cuites mais rester légèrement croquantes.

Évider les courgettes avec une cuillère et les retourner sur une grille pour que l'eau de végétation s'écoule.

Couper les tomates épépinées en petits morceaux, de même que les tomates séchées.

Faire griller à sec dans une poêle les pignons.

Mettre les dés des 2 sortes de tomates dans un petit saladier. Ajouter le basilic, les pignons grillés, les olives, un peu d'huile d'olive, sel et poivre. Farcir les courgettes avec ce mélange. Remettre le chapeau.

Pour servir, mettre la courgette au centre de l'assiette, décorer le tour avec quelques dés de tomates et un peu de basilic ciselé, terminer par des gouttes de velours de balsamique. Accompagner des tuiles à la tapenade.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>