



Cuisine et
dépendances

Gratin léger et rapide de tomates et courgettes



Tout est dans le titre : des tomates, des courgettes, et un peu de fromage blanc additionné de moutarde pour obtenir une sauce légère mais parfumée. Je vous conseille de faire ce plat avec de bonnes tomates du jardin, riches en goût et en chair comme les cœurs de bœuf, qui rendront moins d'eau. Vous pouvez sinon ajouter un peu de semoule de blé au fond du plat à gratin pour absorber l'excédent de jus.

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 3 tomates bien mûres
- 2 à 3 courgettes
- 150 g de fromage blanc
- 2 cuillères à café de moutarde à l'ancienne
- herbes de Provence
- 1 poignée de chapelure
- sel et poivre

Préparation :

Préchauffer le four thermostat 6 (180°C).

Couper les tomates et les courgettes en rondelles régulières.

Préparer la sauce en mélangeant le fromage blanc, la moutarde, les herbes de Provence, le sel et le poivre.

Dans un plat à four, disposer une couche de tomates, répartir un peu de sauce, disposer une couche de courgettes, et ainsi de suite jusqu'à ce qu'il ne reste plus de légumes. Finir par une bonne couche de sauce. Saupoudrer généreusement de chapelure.

Enfourner et laisser cuire 30 min environ, le gratin doit être bien doré.
Servir bien chaud.

Le 16 Octobre 2010 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2010/10/16/19208703.html>