



Cuisine et
dépendances

Terrine aux légumes du soleil



Cette terrine (ou pourrait aussi l'appeler pain de légumes) est une de mes préférées. Le pain qui lui donne une consistance moelleuse tout en absorbant le surplus d'eau des légumes.

Ingrédients (pour un grand moule à cake) :

- 3 petites courgettes
- 1 conserve de tomates pelées en dés (400g)
- 2 poivrons (jaune, rouge)
- 1 aubergine
- 1 oignon
- 1 cuillère à soupe huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- une cuil à soupe de concentré de tomates
- basilic
- herbes de Provence
- une pincée de piment d'Espelette
- 3 œufs
- 200 ml lait
- 1/4 de baguette (soit 60g de pain)
- sel et poivre
- facultatif : parmesan

Préparation :

Préchauffer le four th.6 (180°C).

Peler l'oignon et laver soigneusement les autres légumes qui seront cuits avec leur peau.
Couper les poivrons, les courgettes et les aubergines en dés.
Émincer les oignons.

Faire tremper le pain émiétté dans le lait.

Faire revenir les oignons dans l'huile puis ajouter les poivrons.
Après 5 min, ajouter les autres légumes frais, l'ail, les herbes, le piment, le sel et le poivre. Lorsque les légumes commencent à devenir moelleux, verser les tomates en conserve et le concentré de tomates.

Laissez mijoter une quinzaine de minutes à découvert pour que le jus s'évapore.

Battre les œufs, ajouter la mie de pain essorée et les légumes (et éventuellement du parmesan).
Versez dans un moule à cake recouvert de papier sulfurisé.

Mettre au four pendant 1h.

Laisser tiédir et démouler, éventuellement accompagné d'un coulis de tomate.

Se déguste bien frais.

Le 20 Août 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/08/20/index.html>