



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Gratin au saumon et aux courgettes .



Ingrédients pour 2 personnes :

- 1 grosse courgette
- 1 oeuf
- 10 cl de lait
- 10 noisettes décoquillées
- 2 gousses d'ail
- 25 g de beurre
- 4 tranches de saumon fumé
- 5 cl de crème liquide
- 50 g de chèvre frais
- Sel, poivre, cumin

- Laver et couper la courgette non pelée en rondelles, couper le saumon en larges lamelles
- Cuire 10 minutes à feu doux avec 10 g de beurre dans une sauteuse, parsemer de cumin
- Hacher l'ail et l'ajouter ainsi que le sel. Laisser refroidir. Beurrer le plat à gratin
- Fouetter l'oeuf, le lait, la crème et le poivre et un peu de chèvre émietté
- Disposer les rondelles de courgettes, le saumon, la préparation de lait
- Recouvrir de noisettes grossièrement mixées et de l'ail qui a légèrement grillé
- Enfourner 30 minutes à four chaud, à 180°C th. 6

Astuce : En cuisant, le saumon fumé prend la texture d'un saumon frais

