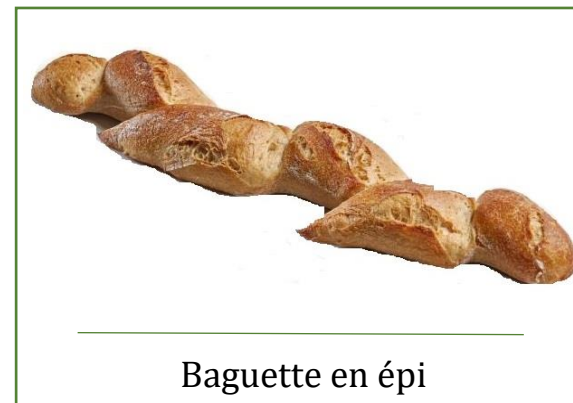


PARMIGIANA DE COURGETTES

🕒 60mn 🧑 2/4/6 pers. 👨‍🍳 Facile



INGREDIENTS

- Courgettes
- Oignon jaune
- Tomates pelées
- Mozzarella
- Parmesan
- Huile d'olive
- Sel
- Poivre



Be-Farm



contact@be-farm.be



PREPARATION

- ① Dans une casserole, faire revenir dans 1 c-à-s d'huile l'oignon pelé et ciselé. Après 3 minutes à feu moyen, ajouter le concassé de tomate, une pincée de sel et de poivre. Laisser mijoter à couvert 30 minutes.
- ② Pendant ce temps, laver et couper les courgettes en fines tranches d'environ 2 mm, puis égoutter et couper la mozzarella en dés. Préchauffer le four à 180°C.
- ③ Huiler légèrement un plat à gratin et disposer une couche de courgettes dans le fond. Assaisonner puis couvrir de sauce puis ajouter la mozzarella en morceaux. Répéter l'opération puis saupoudrer de parmesan et enfourner 25 minutes.