



Les papilles d' **Udibri**

INVISIBLE AUX COURGETTES



Temps de préparation
10 min



Temps de cuisson
45 min



Portions
4 personnes



Difficulté
Facile



Type de plat
Plat principal



Type de recette
Recette salée/végétarien/légumes

Ingrédients

- 2 courgettes (450g)
- 100ml de lait
- 80g de farine
- 2 œufs
- 10 ml d'huile d'olive
- 1/2 gousse ail
- Muscade
- Sel
- Poivre

Instructions

- A l'aide d'une mandoline ou d'un couteau, effectuer des tranches très fines de courgettes et réserver.
- Mélangez les œufs, le lait, le sel, le poivre, la muscade, l'ail, l'huile et ajoutez ensuite la farine puis mélangez bien.
- Préchauffer le four à 200C.
- Incorporer les courgettes au mélange. Dans un moule chemisé, placer le mélange et tasser bien.
- Enfourner pendant 40 à 45 min à 180C. Laissez bien refroidir pour faciliter la découpe.
- A vos papilles !

