



CREME DE COURGETTES A LA SAUGE



Pour un certain nombre de verrines :

Facile

Préparation: 10 mn en tout

Cuisson: 20 mn

Pour la crème de courgettes :

500 g de courgettes

1/3 de cube de bouillon de volaille ou de légumes

½ l d'eau

2 càs de parmesan râpé

1 petit oignon blanc Une pointe de couteau d'ail

4 feuilles de sauge fraîche + 1 feuille par verrine

Sel et poivre

3 càs d'huile pour friture

Éplucher et émincer l'oignon blanc, le faire revenir dans une càc d'huile sans lui laisser prendre de couleur. Ajouter les courgettes coupées en dés, la pointe d'ail, les 4 feuilles de sauge ciselées, le 1/3 de cube de bouillon et l'eau. Porter à ébullition et faire cuire 15 mn à petit bouillons. Au bout de ce temps saupoudrer avec le parmesan et poursuivre la cuisson 5 mn. Mixer finement, rectifier l'assaisonnement, verser dans les verrines et réserver au frais après refroidissement.

Faire chauffer l'huile restante dans une poêle et y jeter les feuilles de sauge préalablement lavées et bien sécher. Elles doivent frire en quelques secondes. Les débarrasser sur un papier absorbant et en poser une sur chaque verrine.