

Fondants courgettes basilic au cœur de KiRit

Pour 4 personnes :

400 g de courgettes

1 œuf

2 CS de farine

10 feuilles de basilic

4 portions de fromage fondu

Sel et poivre

Ail en semoule



- Éplucher les courgettes, les épépiner et les couper en gros cubes. Peser 400 g et les faire cuire à la vapeur ou à l'eau bouillante 10 minutes environ.
- Préchauffer le four à 200°C.
- Mixer les courgettes bien égouttées avec l'ail et les feuilles de basilic afin d'obtenir une purée de courgettes. Ajouter à cette purée, l'œuf et la farine tamisée. Bien mélanger, saler et poivrer.
- Verser la purée de courgettes dans des moules en silicone jusqu'à la moitié et ajouter une portion de fromage coupée en petits morceaux.
- Recouvrir le fromage de purée de courgettes.
- Enfourner pour 15 minutes et laisser reposer 10 minutes à four éteint avant de servir.

