

Crousti moelleux au thon

à la provençale



Pour 12 mini moelleux

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 30 minutes

- 4 blancs d'œufs
- 60 g de farine
- 40 g de beurre fondu
- 90 g de thon
- 50 g de poivron rouge
- 8 olives noires
- 50 g de mozzarella
- 1 c à soupe d'huile d'olive
- 1 c à café d'herbes de Provence
- Ail
- Sel
- Poivre

Coupez le poivron en petits dés. Émincez les olives.

Faites chauffer une poêle avec l'huile d'olive. Ajoutez l'ail pressé ou émincé finement, les dés de poivron et les olives. Faites revenir ce mélange sur feu moyen pendant 10 minutes en remuant souvent. Réservez.

Préchauffez le four à 180° C (160° C pour moi).

Dans un saladier, versez le beurre fondu refroidi. Ajoutez les blancs d'œufs en fouettant à l'aide d'un fouet. Ajoutez la farine tamisée et mélangez afin d'obtenir une pâte homogène. Émiettez le thon à l'aide d'une fourchette et ajoutez-le dans la pâte. Ajoutez le mélange poivron/olive et la mozzarella ou un mélange de fromage. Mélangez à nouveau et incorporez les herbes de Provence. Salez et poivrez.

Répartissez la pâte dans un moule à empreintes à mini muffins à l'aide d'une petite cuillère (2 cuillères par empreinte).

Glissez au four pour 20 minutes. Surveillez la cuisson à partir de 15 minutes en fonction de votre four).

Attendez 5 minutes avant de démouler.

Vous pouvez les préparer à l'avance pour les déguster froids mais vous pouvez les passer quelques minutes dans un four moyen pour les tiédir.