



Poêlée de Courgettes aux Olives



*Poêlée de Courgettes
aux Olives*

Ingrédients pour 4 personnes:

- 1 kg de courgettes (de taille moyenne)
- 2 cuillères à soupe d'herbes de Provence
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 bocal d' olives noires dénoyautées
- 1 bocal d'olives vertes dénoyautées
- 50 ml de vin blanc sec
- 2 c à soupe d'huile d'olive
- gros sel et poivre noir du moulin

Laver les courgettes, éponger et couper en fines tranches ou en cubes sans les éplucher. Dans une sauteuse ou un wok, faire chauffer l'huile d'olive puis dorer l'oignon et les gousses d'ail hachés, et enfin les courgettes. Dès que les courgettes sont bien dorées, ~~incorporer le vin blanc sec~~, les olives noires et vertes dénoyautées coupées en deux, les herbes de Provence, puis saler et poivrer . Faire cuire de 10 à 15 min environ.



Poêlée de Courgettes aux Olives

Présenter dans des cassolettes et servir aussitôt ou laisser tiédir. Servir en accompagnement d'une viande grillée.