



Toque & Tablier



Crumble de courgette au chèvre

Pour 4 personnes.

Préparation 20 min

Bien s'organiser : Vous pouvez réaliser ce plat en avance en cuisant les courgettes et posant la pâte à crumble dessus, vous le réservez au réfrigérateur jusqu'au moment de la cuisson. Vous pouvez aussi le congeler après l'avoir cuit.

Ma liste de courses... Chez

Le primeur :

- 750 g de petites courgettes
- 6 g de menthe fraîche, soit environ 5 brins de menthe
- 1 petite gousse d'ail

L'épicerie:

- Sel et poivre
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 100 g de farine

Le fromager :

- 100 g de beurre doux
- 100 g de parmesan AOP
- 100 g de bûche de chèvre

Mon premier secret chuchoté à l'oreille : Je vous conseille de petites courgettes car elles sont souvent plus savoureuses et ont plus de goût que les gros calibres.

Mon deuxième secret chuchoté à l'oreille : Le parmesan acheté râpé est cher et a perdu de sa saveur à cause de son exposition à l'air. Il vaut toujours mieux le faire râper à la demande par votre fromager ou le faire vous-même avec une râpe automatique. D'autant plus que le parmesan en bloc se conserve très bien dans le bac de votre réfrigérateur durant plusieurs mois !

1. Préchauffez le four à 210°. Pelez et émincez l'ail (pour savoir comment enlever le germe, regardez mon geste du chef). Mettez-le dans une sauteuse à blondir avec 3 cuillères à soupe d'huile. Lavez les courgettes et coupez-les en demi-lune. Jetez les courgettes dans la sauteuse avec un fond d'eau. Couvrez et laissez cuire (sans colorer) sur feu modéré pendant 10-15 minutes. Si vous trouvez qu'il y a trop d'eau de cuisson, laissez cuire à découvert durant 2-3 minutes avant la fin de cuisson.
2. Pendant ce temps, préparons la pâte à crumble : dans une jatte, mélangez avec les doigts la farine, le beurre coupé en petits morceaux et le parmesan râpé. Ciselez les feuilles de menthe après les avoir lavées et jetez-les dans la pâte à crumble. Mélangez de nouveau. Réservez au frais si votre beurre a un peu fondu.
3. Coupez la bûche de chèvre en petits morceaux. Une fois les courgettes cuites, et en dehors du feu, ajoutez les morceaux de chèvre dans les courgettes. Salez et poivrez, goûtez et rectifiez l'assaisonnement si besoin.
4. Dans un plat à gratin, renversez les courgettes au chèvre et posez dessus la pâte à crumble et enfournez pour 15 minutes. Envoyez bien chaud !

La recette bonus !

Si vous souhaitez accompagner ce crumble de viande, je vous conseille des aiguillettes de poulet au citron confit (prévoyez 480 g d'aiguillettes de poulet revenu quelques minutes dans 35 g de beurre sur feu doux et 60g de citron confit coupé en petits morceaux ajouté en fin de cuisson. Essayez de faire un jus en ajoutant un peu d'eau et en grattant les sucs de cuisson de la poêle après la cuisson du poulet)

Au secours ! Votre crumble n'a pas doré malgré les 15 minutes de cuisson ? La prochaine fois, rectifiez si besoin le programme de cuisson (il faut qu'il soit sur gratin ou grillade), ou peut-être avez-vous mis trop bas votre plat dans votre four ? Si ce n'est pas cela, mettez-le quelques minutes sur le programme grill. Et hop, c'est parfait !