

GRATIN LÉGUMES DU JARDIN

Pour 4 à 6 personnes

Taille du plat préconisée :

La recette vaut pour un plat familial (25 cm de diamètre ou 26 x 18 x 5 cm, par exemple) ou pour 4 à 6 plats individuels selon leur taille.

Temps de préparation :

30 à 40 minutes.

Ingrédients :

Pour le plat

20 g de beurre

Pour le gratin

1 botte de carottes

2 poireaux

1 aubergine

2 courgettes

300 g de haricots verts frais

4 petits navets

2 artichauts

3 gousses d'ail

3 cuillerées à soupe d'huile d'olive

2 oignons

3 tomates

20 cl de crème fraîche

60 g de parmesan râpé ou en copeaux

1 pincée de sel et de poivre

Préchauffez le four à 210 °C (thermostat 7).

- 1 Coupez les légumes très finement. Faites-les blanchir séparément 4 à 5 minutes dans l'eau bouillante. Salez, poivrez.
- 2 À feu vif, mettez dans une poêle l'huile d'olive, ajoutez les oignons coupés en lamelles, puis les tomates pelées, en les plongeant dans de l'eau bouillante pour faciliter l'opération, et coupées en rondelles, salez, poivrez et faites cuire 10 minutes.
- 3 Faites également blanchir les artichauts dans de l'eau salée bouillante pendant 5 à 10 minutes, et ne prenez que les cœurs.
- 4 Faites blanchir l'ail avec l'un des légumes.
- 5 Dans un plat à gratin beurré, disposez les légumes à votre goût, ajoutez un filet d'huile d'olive et puis la crème fraîche, et parsemez de parmesan râpé.
- 6 Faites cuire au four 20 à 30 minutes et servez bien chaud.