

Crumble de Courgettes et féta



Temps de préparation : 15 mn

Temps de cuisson : 1h

Temps Total : 1h15

Difficulté : Facile

Budget : Facile

Ingrédients pour 4 personnes :

- 4 grosses courgettes
- 1 gros oignon rouge
- 3 gousses d'ail
- 20 feuilles de menthe
- Thym
- 100 gr de féta
- 100 gr de farine
- 60 gr de beurre (mou)
- 50 gr de parmesan

Matériel :

Aucun

Préparation :

Sortir préalablement le beurre pour le faire ramollir.

Eplucher l'oignon, les courgettes et l'ail. Tailler l'oignon et les courgettes en lamelles et écraser l'ail.

Dans une sauteuse verser de l'huile d'olive et faire revenir l'oignon et l'ail. Quand les oignons sont translucides, rajouter les courgettes. Assaisonner au goût et faire cuire une trentaine de minutes à feu doux et en couvrant la sauteuse. En fin de cuisson débarrasser dans un cul de poule, ajouter la féta détaillée en petits morceaux et remuer pour bien mélanger. Rectifier éventuellement l'assaisonnement.

Pendant ce temps, dans un robot mettre le beurre, la farine, le parmesan et le thym. Malaxer pour obtenir une pâte grossière. Ne pas trop travailler la pâte afin d'obtenir la bonne texture du crumble. Réserver.

Faire préchauffer le four à 180°C. Dans un plat à gratin, verser les courgettes avec la féta, ciseler la menthe par-dessus, puis repartir le crumble sur toute la surface.

Mettre au four pour 30 mn. Pendant les 10 dernière minutes mettre le four en position grill pour dorer le crumble.

Trucs et Astuces :

On peut aromatiser le crumble avec d'autres herbes ou des épices.