

Tian

Gratin de courgettes.

Ingrédients

- 1 courgette
- 2 oignons
- 200gr d'épinards
- 50gr de riz
- 1 gousse ail
- Thym
- Sel
- Huile d'olive
- Parmesan
- 1 jaune d'oeuf

Préparation

- Cuire le riz dans de l'eau bouillante salée.
- Cuire les épinards dans de l'eau bouillante salé 2 minutes égoutter et refroidir puis hacher fin.
- Découper la courgette en petits dés de 0,5 cm.
- Hacher les oignons et l'ail.
- Faire cuire dans une poêle avec de l'huile d'olive le (3 et 4) salé ajouter le thym.
- Retirer du feu et ajouter l'œuf et le parmesan, mélanger.
- Disposer dans un plat à gratin le tout.
- Faire gratiner le tout.