

La recette. Charlotte de courgettes au fromage avec un coulis de poivrons

Ingrédients :

4 courgettes

1 cuillère à soupe de menthe ciselée;

2 tranches de saumon fumé

3 poivrons (vert & rouge)

huile d'olive

1 gousse d'ail

2 oignons blancs

100 g de chèvre frais

100 g de carré frais

2 cuillères à soupe de crème fraîche

Préparation :

Couper les courgettes en très fines tranches sans les peler et les faire revenir dans de l'huile d'olive sans les colorer.

Tapisser 4 ramequins de film transparent alimentaire et remplir avec les rondelles de courgette en laissant de la place en haut.

Hacher une gousse d'ail et 2 oignons blancs.

Malaxer le chèvre frais et le carré frais avec 1 cuillère à

soupe de crème fraîche puis rajouter 1 cuillère à soupe de menthe ciselée, l'ail, l'oignon et les tranches de saumon fumé coupées en fines lamelles.

Répartir la préparation dans les ramequins et bien tasser puis remettre des lamelles de courgettes au-dessus.

Recouvrir du film alimentaire et mettre au frais au moins 12 h.

Pour le coulis

Ouvrir 3 poivrons, verts pour le ton sur ton, rouges pour le contraste, les faire noircir sous le grill 20 mn et quand ils sont froids ôter la peau.

Les mixer avec une autre cuillère à soupe de crème fraîche pour obtenir une purée puis saler et poivrer.

Au moment de servir démouler les charlottes et servir avec le coulis, le tout très frais.