

FLEUR à LA COURGETTE



Temps de préparation: 20mn - Temps de cuisson: 10mn - Nombre de portions: 6

Ingrédients:

- 70g Formage de Brebis coupé en morceaux
- 10 feuilles Menthe fraîche
- 10 feuilles Basilic frais
- 100g Feta
- 5g Huile d'olive
- 2 pincées Sel
- 3 pincées Poivre
- 500g Eau
- 2 Courgettes
- 1 Pâte feuilleté

Préparation:

- Mettre 70g de fromage de brebis basque, 10 feuilles de menthe et 10 feuilles de basilic dans le bol, puis mixer 10 sec/vitesse 10. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
- Ajouter 100g de feta, 5g d'huile d'olive, 2 pincée de sel et 3 pincée de poivre, puis mélanger 30 sec/vitesse 3. Transvaser dans un récipient et réserver.
- Préchauffer le four à 200°C. Huiler les moules à muffins
- Mettre 500g d'eau dans le bol, mettre en place le Varoma, disposer 2 courgettes coupées en rondelles tes fine 3mm dans le Varoma, puis cuire à la vapeur 8-10 min/Varoma/vitesse 1. En fin de cuisson, les courgettes doivent être souples. Retirer le Varoma et égoutter les courgettes sur du papier absorbant pour qu'elles ne détrempent pas la pâte.
- Couper la pâte feuilleté en 6 rectangle ((10 x 40 cm), puis étaler généreusement le mélange fromages-herbes sur chaque bande. Disposer les rondelles de courgette en les faisant se chevaucher, le long de la partie supérieure des bandes de pâte. Replier la moitié inférieure de la pâte sur la base des courgettes, puis rouler l'ensemble de manière à former un escargot. Bien souder la pâte et déposer la tartelette dans l'une des empreintes de la plaque à muffins préparée. Baisser la température du four à 180°C), puis enfourner et cuire 20 minutes à 180°C. Servir les tartelettes chaudes, accompagnées de salade verte.