Gratin de pates aux courgettes

Plat chaud

Note : 1

Portions :6 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :25 min

Temps de cuisson/repos :15 min

Calories par portion : 551.667 Kcal

Charge glycémique par portion: -1

Les ingrédients

- 8.0 u Tomate
- 2.0 u Oignon
- 1.0 p Poivre
- 400.0 gr Pates
- 200.0 gr Chèvre
- 200.0 gr Lardons
- 1.0 cc Sel
- 3.0 u Courgette
- 2.0 cs Huile d'Olive
- 70.0 gr Parmesan

Etape 1: Préparation viande
Faire dégraisser les lardons dans un poële et les réserver.

Etape 2: Préparation legumes
Eplucher les courgettes et les oignons. Débiter en petit dés les courgettes et les tomates. Découper en lamelles les oignons.

Etape 3: Cuisson
Mettre à cuire les pâtes suivant les instructions du paquet (~10 min dans un litre d'eau bouillante).

Mettre l'huile d'olive dans une poële, laisser chauffer puis rajouter les courgettes débitées en petits cubes. Saller puis faire cuire à feux vif. Rajouter les oignons (ralentir la cuisson).Aprés 10 minutes de cuisson rajouter les tomates débiter en cubes.

Laisser cuire un peu puis ajouter le chèvre débité en petit morceaux

Etape 4: Dressage du plat

Dans la poële, mélanger les courgettes avec les pates et les lardons, puis placer le mélange dans le plat à enfourner. Recourvrir avec le parmesan.
Mettre à cuire au four 15 min à 200°c pour faire fondre le fromage