

Tian de légumes

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 1kg de courgettes
- 1kg de tomates
- 600g d'aubergines
- 2 poivrons
- 1kg d'oignons
- 250g de tomatillos
- sel, poivre
- huile d'olive
- thym
- sucre



Préchauffez le four à 210°C.

Émincez les oignons et couper en petits morceaux les tomatillos. Mettre le tout à cuire doucement dans une poêle ou un wok avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, du sel, du poivre et 2 cuillères à soupe de sucre, pendant environ 20 min.

Étalez cette fondue dans le fond d'un très grand plat à gratin (ou la plaque du four).

Lavez tous les autres légumes. Les couper en rondelles de 3-4mm d'épaisseur.

Disposez les rondelles de légumes dans le plat en rangés bien serrées et alterner les différents légumes.

Salez, poivrez. Ajoutez un filet d'huile d'olive et du thym.

Enfournez à 210°C pendant 1h.

Au cours de la cuisson, appuyez sur les légumes afin de faire remonter le jus et éviter qu'ils ne se dessèchent. Couvrir si les légumes grillent sur le dessus.

A savourer chaud ou froid.

Bon appétit !



Le Potager des Rainettes
Producteurs de Légumes et Fruits Bio
81220 VITERBE
mickmaraicher@laposte.net
06.77.09.69.42 / 06.60.98.15.60