

## Gratin bicolore de courgettes aux éclats de fromage de chèvre & brisures de noix

Aujourd'hui, je vous propose une recette qui reflète mon quotidien.

Plutôt que de vous proposer une recette de pâtisserie, ou de plat salé, mais un chouilla compliqué pour notre quotidien pressé (que l'on vit tous, n'est-ce pas ?), voici une recette salée saupoudrée de valeurs chères à mon cœur de gourmande : **peu d'ingrédients, simple, saine & gourmande.**

Une recette simple, qui peut être accompagnée de houmous (ou autres tartinades), et de pain maison.

### Des courgettes rondes.

On a l'habitude de les acheter pour les farcir.

Il ne nous viendrait pas à l'idée de les utiliser pour autre chose, n'est-ce pas ?

Et si... Comme d'apprendre à dire « je t'aime », on apprenait à les cuisiner autrement ?

J'ai choisi de prendre des courgettes rondes pour ce gratin, car elles contiennent **plus de chair** que leurs cousines proches (les courgettes allongées).

Qui dit plus de chair, dit **plus d'eau**, et donc, **plus de moelleux & de fondant**.

Voici d'autres secrets pour faire en sorte que les courgettes révèlent toute leur douceur dans ce gratin :

- on privilégiera une cuisson avec une **température plus douce**, quitte à ce qu'elle soit légèrement **plus longue**
- on veillera à **superposer** les demi-rondelles de courgettes de manière **assez espacées**, afin qu'elles soient le plus exposées possible à la cuisson douce du four

A ces courgettes gratinées, j'ai rajouté 3 ingrédients très simples, mais faisant toute la différence :

- des **brisures de noix de Grenoble** qui apportent un petit **côté craquant**
- du **thym** pour égayer la saveur des courgettes avec un **rayon de soleil**
- du **fromage de chèvre frais**... petite note qui s'est toujours merveilleusement bien mariée avec les courgettes

Trois ingrédients.

C'est simple.

Et, ça change tout.

Comme trois autres mots bien puissants...

### Ingrediénts : (pour 1 personne)

- 2 courgettes
- 40 à 50 gr de fromage de chèvre (buche ou frais)
- 2 cas de brisures noix de Grenoble
- thym

### Préparation :

1. Lavez vos courgettes, et coupez ses 2 extrémités.
2. Retirez la peau de vos courgettes une bande sur 2, et découpez les en fines rondelles.
3. Huilez un moule en verre allant au four, et déposez vos rondelles de courgettes de manière à ce qu'elles se chevauchent les unes les autres.
4. Émiettez le fromage de chèvre en petits morceaux de façon homogène sur les courgettes.
5. Parsemez par dessus les brisures de noix.
6. Saupoudrez de thym.
7. Versez un filet d'huile d'olive (de bonne qualité).
8. Faites cuire au four préchauffé à 170°C pendant environ 20 à 30 minutes.  
Le plat est prêt lorsque les courgettes sont bien fondantes (vous pouvez terminer les dernières minutes de cuisson en plaçant une feuille de papier d'aluminium sur le dessus du plat, sans qu'il entre en contact avec la nourriture).

