



Clafoutis au chèvre frais, courgettes et tomates cerises



Plat principal



4



50 min

Ingredients

- 160 g de chèvre frais très égoutté
 - 125 g de petites courgettes
 - 12 tomates cerises (100 g)
 - 1 petit bouquet de ciboulette
 - 3 oeufs
 - 1,5 dl de lait entier
 - 3 pincées de noix de muscade râpée
 - 2 pincées de cannelle en poudre
 - sel, poivre
 - 1 noix de beurre
- ▶ Faites chauffer le four : 150 ° (four ventilé) ou 175 ° (four conventionnel). Beurrez un plat carré en porcelaine à feu de 20 cm de côté ou un plat rond de 24 cm de diamètre.
- ▶ Emiettez le chèvre et répartissez-le dans le plat; lavez les tomates et essuyez-les.
- ▶ Coupez-les en deux horizontalement et disposez-les entre les miettes de fromages, côté coupé vers de haut.
- ▶ Otez les deux extrémités des courgettes, lavez-les, épongez-les, râpez-les comme des pommes pailles (en julienne fine) et répartissez-les sur le fromage et les tomates.
- ▶ Lavez le bouquet de ciboulette, épongez-le et coupez-le en bâtonnets de 1,5 cm; parsemez-en la préparation.
- ▶ Cassez les oeufs dans un bol, battez-les à la fourchette en y incorporant le lait; ajoutez sel, poivre, noix de muscade et cannelle et versez sur la préparation, en mince filet.
- ▶ Glissez le plat au four et laissez cuire 40 min environ.
- ▶ Dégustez de préférence tiède, avec une salade à l'huile de noix ou de noisette.

Maryse Desbois

Publié sur le site de l'Earl les Chênes : <http://perso.wanadoo.fr/earl.leschenes/cariboost1/>

Le dimanche 11 septembre 2005.