



COURGETTES AUX HERBES FRAÎCHES, CITRON CONFIT ET PIGNONS DE PINS

Pour 5 à 6 personnes:

Pour la cuisson:

- 2 kg de courgettes (vertes et jaunes)
- 4 petits oignons blancs
- 30g d'ail
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de citron confit coupé en petits dés
- 1 bonne pincée de sel
- 1 cuillère à soupe d'eau
- 40g de pignons de pin
- 3 cuillères à soupe de menthe hachée
- 20g de basilic ciselé



Recette créée par papilles & pupilles

Lavez, ôtez les extrémités et coupez finement les courgettes à l'aide d'une mandoline ou d'un épluche légumes. Dès que vous arrivez aux graines, arrêtez vous et jetez le reste.

Épluchez et tranchez finement les oignons. Pelez et pressez les gousses d'ail puis coupez le citron confit en petits dés. Versez l'huile d'olive dans le Maho Nabé et faites chauffer à feu moyen puis ajoutez les lamelles d'oignons et l'ail pressé. Ajoutez le sel et laissez attendrir pendant 5 minutes. Ajoutez ensuite les courgettes, l'eau et les dés de citron.

Faites cuire à couvert pendant 25 minutes et lavez, séchez et ciselez les herbes entre temps. Torréfiez les pignons de pin à la poêle durant 8 minutes à sec et à feu moyen.

A la fin des 25 minutes, ouvrez le Maho Nabé puis ajoutez les herbes et mélangez. Fermez le couvercle et laissez les saveurs se mélanger pendant 5 minutes hors du feu. Saupoudrez les pignons de pins sur les courgettes au dernier moment afin qu'ils restent croustillants. Il ne reste plus qu'à servir !