



Mille-feuilles de légumes à l'italienne

Pour 4 personnes

Préparation : 15 minutes

Cuisson : 8 à 10 minutes

INGRÉDIENTS

2 aubergines boules coupées en rondelles de 1 cm environ

1 courgette coupée en rondelles fines

1 grosse tomates coupée en tranches fines

2 boules de mozzarella coupées en tranches fines et séchées au papier absorbant

2 tiges de basilic effeuillées

Vinaigre balsamique

Huile d'olive

Sel et poivre

ASTUCE

Si vous utilisez des aubergines longues, faites des mille-feuilles dans la longueur et non dans la hauteur !

PRÉPARATION

1. Badigeonnez les tranches d'aubergine d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau et faites-les cuire 4 à 5 minutes sur la plancha à feu vif, en les retournant à mi-cuisson. Salez et poivrez. Faites de même avec la courgette en réduisant la cuisson à 2 ou 3 minutes.
2. Hors du feu, montez les mille-feuilles en commençant par le fond des aubergines en alternant tranches de tomates, feuilles de basilic, tranches de mozzarella, rondelles de courgette, puis finissez par le chapeau de l'aubergine.
3. Redéposez les mille-feuilles sur la plancha pour 1 à 2 minutes, sous une cloche, le temps que le fromage fonde. Servez, arrosé d'un filet de vinaigre balsamique et d'huile d'olive, et dégustez.



Retrouvez
150 recettes
dans le livre