

GRATIN DE COQUILLETES D'AUORE

Lundi 05 Septembre 2016

Des coquillettes ? Des coquillettes ! Une publicité qui va devenir culte mais en attendant, le petit plat favori de ma fille



Gratin de coquillettes d'Aurore pour 2 personnes et 8 pp- 9 sp par part

- 60 g de coquillettes complètes crues*
- 2 tranches de jambon dégraissé*
- 2 œufs*

-2 petites courgettes *

-15 g de parmesan râpé

-2 cuillérées à café d'huile d'olive

-1 cuillérée à soupe de crème à 4 %

-1 cuillérée à café d'épices méditerranéennes Ducros

-sel poivre

Cuire les pâtes selon la notice, les égoutter, les rafraichir sous l'eau froide. Réserver.

Préchauffer le four 180°

Couper en tous petits dés les courgettes lavées et non pelées (avec un alligator, c'est rapide), les faire revenir 5 minutes dans une poêle huilée avec les épices .Assaisonner.

Mixer le jambon

Battre les œufs en omelette avec 1 c à soupe de crème à 4 %.Assaisonner

Mélanger les coquillettes avec les dés de courgettes, le jambon, les œufs en omelette, le parmesan et remplir deux plats allant au four

Enfourner 15 à 20 minutes.

Servir chaud.

Je me sers de bocaux de récupération comme ceux de foie gras qui supportent bien le four et qui donnent un petit côté rétro au plat comme un souvenir d'enfance.

Pour le repas : melon (0pp- 0 sp) – gratin de coquillettes d'Aurore (8 pp- 9 sp) – 2 petits suisses 0 % (1pp- 1 sp).
Total : 9 pp- 10 sp

Bon début de semaine à vous toutes et tous