Légumes du soleil au romarin
Crumble de compote de mirabelles

Menu

Potage à la courgette (fiche M78)
Légumes du soleil au romarin
Crumble de compote de mirabelles

Légumes du soleil au romarin (pour 2 ou 3 personnes)

- huile d'olive
- une petite aubergine, 200 g
- du thym frais, 2 càc
- 1 poiron rouge, 1 poiron jaune, 300 g
- 500 g de pommes de terre
- 500 g de tomates fraîches
- 5 càc de romarin frais haché
- sel aux herbes

1 Couper l'aubergine en petits dés, les poirons en dés et les pommes de terre en cubes un peu plus gros que les poirons, les tomates en rondelles.
2 Dans un plat à four huilé, disposer par couches les aubergines, le thym, les poirons, les pommes de terre. Parsemer le romarin entre chaque couche. Recouvrir généreusement de tomates. Saler et verser 2 à 3 càs d'huile d'olive.
3 Enfourner à four froid, régler la température à 200° pour 45 minutes. Au bout d'un quart d'heure, mettre un papier cuisson bio pour éviter l'évaporation.
4 Régalez-vous.

Crumble de compote de mirabelles (pour 4 personnes)

- 1 kg de mirabelles
- 1 càc de vanille en poudre ou 1/2 gousse

crumble

- 25 g de purée d'amande blanche
- 25 g d'amandes en poudre
- 15 g de sucre roux
- 10 g de farine de riz

1 Cuire les mirabelles dénoyautées avec la vanille, 10 minutes. Allumer le four à 180°.
2 Préparer le crumble, pétrir avec les doigts pour obtenir un "sable" grossier.
3 Verser la marmelade de mirabelles dans un plat à four. Saupoudrer par-dessus le crumble.
4 Enfourner pour 20 à 30 minutes.
Remarque : excellente recette avec des abricots (ajouter un peu de sucre et du citron), des prunes, de la rhubarbe avec des pommes ...