



INVOLTINIS DE COURGETTES AU BREBIS FRAIS ET LÉGUMES

Ingédients

- Tomates dattes
- 2 fromages frais de brebis
- 2 poivrons
- 4 courgettes (jaunes et vertes)
- 1 échalotte
- Herbes du jardin

Préparation

Emincer l'échalote.

Ajouter quelques herbes du jardin (bourrache, menthe basilic-citron, sarriette des montagnes).

Hâcher le tout.

A la mandoline, couper d'épaisses tranches de courgettes, puis tailler en bâtonnets et finalement en petits cubes.

Mettre de l'huile dans une poêle bien chaude et y faire revenir la brunoise de courgette.

Assaisonner avec du poivre et du sel.

Tailler les poivrons en brunoise.

Couper à nouveau de fines tranches de courgettes à la mandoline.

Les plonger dans de l'eau bouillante une trentaine de secondes.

Rassembler les 2 brunoises, ajouter les herbes hachées et ajouter le fromage de brebis.

Mélanger le tout.

Assaisonner avec du sel, du poivre et un filet d'huile d'olives.

Placer les lamelles de courgettes côte à côte, en alternant verte et jaune et disposer la farce dessus, de façon à pouvoir rouler le tout, comme pour des sushis.

Tailler les involtinis.

Dressage

Disposer les involtinis sur une assiette, décorer avec des fleurs de saison et des herbes aromatiques,

quelques filets d'anchois et les tomates dattes coupées.

Accord en vin

Oeil-de-Perdrix, Cave des Lauriers, Cressier

