 **Courgettes parmesane**

** Pour 8 Croquants-Gourmands**

**- 1,200 kg de courgettes  
- 6 œufs  
- 1 gousse d'ail - 1 oignon - 100 g de parmesan râpé  
- 40 g de Maïzena  
- 50 cl de lait - 25 cl de crème liquide  
- ½ à 1 poivron rouge ou vert (facultatif) - quelques pétales de tomates confites égouttés  
- un bouquet garni (thym, laurier, persil)  
- huile d'olive - sel de Guérande aux légumes bio - poivre du moulin**

**un moule carré de 20 cm X 20 cm + 1 moule de 25 cm X 10 cm beurrés**  
**Préchauffage du four à 180°C (chaleur tournante)**

Mettre dans une casserole le lait et la crème avec le bouquet garni et l'ail épluché.Porter à ébullition et laisser frémir pendant 2 minutes.  
Retirer du feu et laisser infuser.  
Éplucher et hacher l'oignon. Couper le poivron en petits dés ainsi que les tomates confites.  
Couper les courgettes en petits dés également.Faire revenir dans un filet d'huile les dés d'oignons et de poivrons, jusqu'à ce qu'ils deviennent bien souples.Ajouter les courgettes. Saler et laisser cuire sur feu vif jusqu'à ce que les courgettes s'attendrissent un peu.  
Verser les légumes dans une passoire te les laisser s'égoutter à fond.Battre les œufs en omelette. Incorporer la Maïzena et le parmesan puis le lait filtré. Saler et poivrer.  
Incorporer les courgettes et les dés de tomate. Verser dans les moules.Faire cuire au four pendant environ 50 minutes jusqu'à ce que la crème soit prise.  
Laisser refroidir puis mettre au réfrigérateur pendant au-moins 4 heures.Démouler et couper en tranches ou en dés.Servir avec une salade verte, une mayonnaise bien relevée ou une [**vinaigrette de tomate.**](http://croquantfondantgourmand.com/vinaigrette-de-tomates/)