

Tian de courgettes et tomates



Accompagnement **Facile**

Pour : 2 personnes

Préparation : 15 mn

Cuisson : 40 mn

Si le tian est un ustensile de cuisine traditionnel de la Provence, il est aussi une préparation culinaire réalisée à base de légumes et cuite dans un plat en terre. Ce mets nécessite une cuisson lente au four.

Ingrédients

- 1 kg de courgettes
- 1 kg de tomates
- 1 gros oignon
- sel et poivre du moulin
- huile d'olive
- thym

Préparation

- 1 Eplucher et émincer l'oignon. Le faire revenir doucement dans une sauteuse avec de l'huile d'olive. Saler et poivrer.
- 2 Etaler cette fondue d'oignon dans le fond d'un plat allant au four.
- 3 Eplucher les courgettes une bande sur deux. Les couper en rondelles ainsi que les tomates.
- 4 Les disposer en rangées serrées dans le plat en alternant une rangée de courgettes et une de tomates.
- 5 Saler et poivrer et arroser d'un filet d'huile d'olive. Parsemer de thym.
- 6 Enfourner à four chaud 210° pendant environ 40 minutes.

Proposé par



La Guillaumette

La Guillaumette, c'est moi! une lorraine devenue charentaise à l'heure de la retraite. Une de mes passions est de mijoter de bons petits plats. Mais j'en ai bien d'autres. Venez à ma rencontre en visitant mon blog "**LA GUILLAUMETTE**". Ainsi, nous ferons connaissance.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

