

Purée de Courgettes Express



Pour réaliser cette recette, il vous faut :

- Pour 2 personnes -
- 4 à 5 courgettes de taille moyenne
- 1 oignon
- 10 centilitres de crème liquide (voire moins)
- Fromage râpé
- Sel & Poivre

Go !

- * Laver et éplucher les courgettes selon votre convenance (éplucher entièrement ou bien laisser quelques "bandes vertes").
- * Les couper en 2 dans le sens de la longueur, enlever les graines (là encore, c'est selon votre convenance, personnellement je préfère les enlever). Les couper ensuite en lamelles.
- * Dans une poêle, faire revenir un oignon dans un peu de beurre.
- * Ajouter les courgettes, de l'eau, et laisser cuire.
- * Une fois les courgettes cuites et l'eau évaporée, toujours sur le feu, les écraser grossièrement à l'aide d'une fourchette ou d'une spatule.
- * Ajouter la crème liquide et remuer de façon à lier le tout, puis le fromage en faisant bien attention à le parsemer sur toute la préparation. Saler et poivrer. Mélanger.