



## Poêlée de courgettes au jambon

Plat principal



Très facile :

Bon marché :

Préparation : 15 mn

Cuisson : 30 mn

### Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 2 courgettes
- 150 g de lardons
- 150 g de jambon blanc en lanières (on peut utiliser à la place des aiguillettes de canard ou des lanières de poulet ou dinde)
- 100 g de gruyère râpé
- 1 oignon.
- sel, poivre, huile d'olive, origan

### Préparation :

Dans une sauteuse, faire fondre l'oignon dans un peu l'huile d'olive avec l'origan.

Couper les courgettes en rondelles sans les éplucher et les disposer en couches successives, en alternant avec les lardons et le jambon coupé en lanières.

Saupoudrez largement de gruyère râpé. Saler et poivrer. Faire ainsi plusieurs couches.

Laisser cuire à feu doux 15 minutes en couvrant, puis 15 minutes à découvert.



Recette proposée par laurence\_186

**marmiton**



Votre avis  
compte beaucoup  
pour nous !

Je donne mon a

© Marmiton.org, 1999-2011

L'utilisation du site Marmiton implique l'acceptation des **Conditions Générales d'Utilisation**

