

Pain de courgettes au parmesan



- 2 courgettes
- 50 g de parmesan
- 180 g de farine
- 3 oeufs
- 2 c à soupe d'huile d'olive
- 80 g de beurre fondu
- 1 sachet de levure chimique
- 2 gousses d'ail ou 1 c à café d'ail pilé surgelé
- 1 c à soupe de persil haché

Commencez par râper vos courgettes sans les peler. Dans une poêle, les faire revenir 3 minutes à feu vif avec l'huile d'olive. Pelez et hachez l'ail si vous utilisez de l'ail frais.

Préchauffez votre four à 200°C ou comme moi à 160°C.

Dans un saladier, mélangez la farine, la levure, le parmesan, sel et poivre. Creusez un puit pour ajouter les jaunes d'oeufs (réservez les blancs).

Mélangez en ajoutant les courgettes (l'humidité des courgettes va vous faciliter la tâche car la pâte est assez compacte au début), l'ail, le persil et le beurre fondu. Ajoutez délicatement les blancs battus en neige.

Goûtez et rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre, si besoin.

Versez la préparation dans un moule à cake beurré ou siliconé et faites cuire pendant 40 minutes. Au bout des 30 minutes j'ai recouvert d'un papier d'aluminium pour éviter que le cake brunisse trop vite.

Sortez le rapidement du moule pour éviter qu'il s'affaisse un peu. Vous obtiendrez une texture très moelleuse.

Coupez en petits morceaux, vous pourrez le servir froid en apéritif ou bien accompagné de salades composées avec une sauce au curry.