

Conchiglionis farcis à la niçoise

Préparation : 30 mn

Cuisson : 45 mn

Les ingrédients pour 20 conchiglionis :

20 conchiglionis

80 g de parmesan (40 g ont suffi)

1/2 aubergine

1 courgette

2 tomates

1 poivron rouge

1 poivron jaune

1 oignon

5 cl d'huile d'olive

30 cl de coulis de tomates

8 olives noires

2 gousses d'ail

Sel et poivre du moulin

Éplucher et hacher ail et oignon. Nettoyer les poivrons, les épépiner et les couper en petits dés de 5 mm. Laver courgette et aubergine et faire des dés de même taille.

Épépiner les tomates et les couper en dés.

Faire fondre l'oignon et l'ail dans une casserole dans l'huile d'olive et ajouter les dés de poivron. Assaisonner et cuire 10 mn sur feu moyen puis mettre les dés de courgette et d'aubergine et cuire encore le tout 12 à 15 mn. En fin de cuisson ajouter les dés de tomates et les olives dénoyautées coupées en morceaux.

Précuire les conchiglionis 8 à 10 mn à l'eau bouillante salée puis les égoutter et les rafraîchir sous l'eau froide.

Mélanger le coulis de tomates avec 10 cl d'eau (j'en ai mis moins) et le mettre dans le fond d'un plat à gratin. Garnir les conchiglionis avec la ratatouille et les déposer dans le plat. Râper le parmesan sur le tout et cuire à four préchauffé à 200° pendant 15 mn environ.

Vin conseillé : un Bandol rosé

Péché de gourmandise <http://pechedegourmand.canalblog.com>