



Tian Chou rave – courgette et tomates séchées

Ingrédients

- 1 beau chou rave
- 1 courgette (verte) moyenne
- 100g de feta
- Basilic (quelques feuilles) et thym citron
- Deux à trois morceaux de tomates séchées (conservées dans l'huile)
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Préparation

- Epluchez au couteau le chou rave, puis passer ce dernier et la courgette à la mandoline, ou au couteau
- Disposez dans le plat, en alternant les deux légumes
- Coupez la féta en petits cubes et parsemez-en le plat
- Effeuillez le thym citron, ciselez le basilic au-dessus des légumes
- Coupez les tomates en petits morceaux puis arrosez d'un beau filet d'huile d'olive
- Salez - poivrez et enfournez à 150°C pendant 1h