

DÉS DE COURGETTES AU LIERRE TERRESTRE



Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
farine	300 grammes
de levure chimique	1 càc
yaourth	2 càs
huile de tournesol bio	1 càs
sel	0.50 càc
Lait	130 ml
Courgettes	4 petites
d'ail	1 gousse
tranches de pain rassis	2 tranches
Citron Bio	1
Huile d'olive	
sel, poivre, fleur de sel	
Lierre terrestre	50 gr

Préparation

1. Commencer par les naans: Mélanger la farine avec la levure, le yaourt, l'huile de tournesol, le sel, le lait. Travailler la pâte de façon à former une boule bien lisse et qui ne colle pas. Filmer et laisser reposer minimum 1/2 heure au frais.

2. Pendant ce temps, préparer l'huile de lierre terrestre : mixer 30 grammes de lierre terrestre nettoyé dans de l'huile d'olive et garder 20 grammes de lierre terrestre pour le dressage.

dés de pains de la même taille que les courgettes. Faire cuire les dés de courgettes dans un peu d'huile d'olive dans une poêle avec une gousse d'ail pressée. Saler, poivrer. En fin de cuisson, ajouter une càs d'huile de lierre terrestre, mélanger, réserver. Dans une autre poêle, rissoler les croûtons dans un peu d'huile d'olive, réserver.

-
4. Sortir l'appareil à naan du frigo et le diviser en quatre. À l'aide d'un rouleau à pâtisserie fariné, aplatir les naans, décorer un côté du naan avec une feuille de lierre et les saisir dans une poêle très chaude, une minute de chaque côté.
-

5. Pour le dressage, dans une assiette, cercler une portion de courgettes, parsemer de croûtons, déposer une demi burrata, du lierre terrestre ciselé, et l'huile de lierre terrestre. Servir avec les naans badigeonnés d'huile de lierre terrestre et de la fleur de sel.
-