



Frittata aux fleurs de courgette

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 10 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 6 oeufs
- 125 g de Beaufort
- 2 oignons nouveaux
- ½ botte de basilic
- 40 g de Beaufort râpé
- 2 petites courgettes vertes
- 4 fleurs de courgette
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 200°.
2. Laver les courgettes et les tailler en petits dés avec la peau.
Eplucher les oignons nouveaux et les émincer finement avec une partie du vert. Retirer une partie des tiges des fleurs de courgettes.
3. Couper les 125 g de Beaufort en petits cubes.
4. Faire chauffer un filet d'huile d'olive dans une sauteuse allant au four. Faire suer les dés de courgettes et les oignons nouveaux. Saler poivrer.
5. Battre les œufs dans un saladier, saler, poivrer et ajouter les cubes de Beaufort.
6. Verser sur les légumes dans la sauteuse. Disposer les fleurs de courgettes en étoile et parsemer de Beaufort râpé. Faire cuire quelques minutes, les œufs doivent commencer à prendre.
7. Enfourner la sauteuse à 200° pendant 6 à 8 minutes.
8. Retirer du four et laisser refroidir quelques instants avant de transférer sur une assiette.
9. Décorer de feuilles de basilic juste avant de servir.

© Sylvain Madelon pour le fromage Beaufort