



## Courgettes Kuku

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Recette pour 4 personnes

### Ingédients

- 5 cuillères à soupe d'huile d'olive ou de beurre
- 1 gros oignon
- 1 grande courgette
- 4 œufs
- 1 tasse de persil frais haché, d'aneth et de menthe Infarm
- 1 cuillère à soupe de chapelure
- 1 cuillère à soupe de farine
- 1 cuillère à café de curcuma
- 1,5 c. à café de sel
- 1 cuillère à café de levure chimique
- 1/2 c. à thé de poivre

### *Pour servir*

- 1 tasse de yaourt
- Feuilles de basilic frais

1. Les premières étapes consistent à préchauffer le four à 200°C et à couper finement les courgettes et les oignons.
2. Pour commencer la cuisson, ajoutez 5 c. à soupe d'huile d'olive ou de beurre dans votre plat à four résistant à la chaleur et faites-le chauffer doucement

sur votre cuisinière. Lorsque l'huile est chaude, ajoutez l'oignon et faites-le revenir jusqu'à ce qu'il soit doré. Ajoutez ensuite les courgettes et faites-les sauter jusqu'à ce qu'elles soient tendres et translucides. Réserver et laisser refroidir légèrement.

3. Mélangez délicatement les œufs, puis ajoutez les herbes, le curcuma, la levure chimique, le sel, le poivre, la chapelure et la farine. Une fois ces ingrédients bien mélangés, verser dans le plat du four avec l'oignon et les courgettes.
4. Faites cuire à découvert pendant 20 minutes jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Sortez du four et laissez reposer pendant 10 minutes. Servir avec le yaourt à part et garnir de basilic frais.