

Bruschetta verte aux asperges et courgettes



Préparation : 20 mn

Cuisson : 10 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

1 botte d'asperges vertes
200 g de petites courgettes
2 c à s d'huile d'olive
1/4 de citron
50 g de pecorino (remplacé par du parmesan)
3 tiges de persil plat
2 branches de menthe
8 petites tranches de pain de campagne
1 gousse d'ail
sel et poivre

Couper le quart de citron en fines lamelles. Détailler le pecorino ou le parmesan en copeaux avec un épluche-légumes. Enlever la queue des asperges puis les couper en tronçons. Laver les courgettes et les couper dans la longueur en tranches fines. Faire chauffer le grill du four.

Mélanger asperges et courgettes dans un saladier avec l'huile d'olive, sel et poivre puis les disposer dans un grand plat à four ou dans la lèchefrite et les faire cuire sous le grill 7 à 8 mn.

Remettre les légumes dans le saladier, ajouter le citron, le persil et la menthe ciselés et mélanger délicatement.

Faire griller les tranches de pain et les frotter avec la gousse d'ail coupée en 2 puis arroser d'un mince filet d'huile d'olive.

Disposer les légumes encore chauds sur les tranches de pain, ajouter les copeaux de parmesan ou de pecorino et servir sans attendre.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>