

## **ÉCRASÉ DE COURGETTES ET CRÈME DE PARMESAN**

### **Ingrédients :**

2 belles courgettes  
1/2 oignon  
1 gousse d'ail rose de Lautrec  
1 branche de romarin de 15 cm  
2 pincées de cumin en poudre  
2 cuillères à soupe d'huile d'olive  
20 cl de crème liquide  
100 g de Parmesan Reggiano jeune  
QS de sel et de poivre du moulin

Couper les courgettes en deux et enlever le cœur avec les pépins à l'aide d'une cuillère. Couper les demies courgettes en petits tronçons puis les blanchir à la vapeur durant 3 minutes. Les mettre ensuite dans une sauteuse avec l'huile d'olive, le cumin, le poivre, le sel, la gousse d'ail écrasée et la branche de romarin. Faire revenir durant 5 à 6 minutes à couvert. Retirer la gousse d'ail et la branche de romarin, puis écraser les morceaux de courgettes à la fourchette jusqu'à une consistance voisine de la purée. Réserver l'écrasé de courgettes au frais dans un petit saladier.

Faire une dizaine de copeaux de Parmesan avec un économe. Les réserver dans une coupelle. Couper le reste du Parmesan en petits dés. Mettre à tiédir la crème liquide avec les dés de Parmesan jusqu'à leur dissolution complète, en faisant attention que le mélange n'attache pas. Laisser refroidir à 40°.

Garnir les verrines aux 2/3 avec l'écrasé de courgettes et compléter avec la crème de Parmesan tiède. Placer sur le dessus un petit copeau de Parmesan et donner un petit tour de moulin à poivre. Servir sans attendre.