Polenta aux légumes

Plat | 4 portions | Prép. 10 min. | Cuiss. 50 min. | Total 60 min.

Gratin de polenta aux légumes rôtis.

Ingrédients

- **125g** polenta
- **2** tomate
- **2** courgette
- **4** ciboule
- **1** poivron rouge
- **1** aubergine
- **2** gousse d'ail
- parmesan
- crème liquide
- **20g** beurre
- sel, poivre

Préparation

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Couper les tomates en 4, fendre les ciboules en 2, couper la courgette et l’aubergine partiellement épluchées en gros morceaux.Couper le poivron épépiné en gros morceaux sans enlever la peau.
3. Dans un bol, piler l'ail en petits morceaux avec de l'huile d'olive, sel et poivre.
4. Etaler tous les légumes sur le lèche frite et arroser du mélange.
5. Enfourner pendant 45 à 55 minutes.
6. Dans une casserole, faire bouillir 50 cl d'eau bien salée.
7. Verser la polenta en pluie et faire cuire jusqu'à absorption de l'eau tout en remuant.
8. Lorsque l’eau est bue, incorporer le beurre.
9. Verser la polenta dans un plat à gratin et l'étaler en formant les bords avec le dos d'une cuillère mouillée.
10. Garnir d'une couche de crème fraîche puis disposer les légumes.Rajouter un peu crème fraîche par dessus puis ré-enfourner 10 min.
11. Une fois cuit, parsemer de copeaux de parmesan.

Tags

végétarien | sans gluten | facile | économique