

Roulé aux courgettes et au saumon fumé

2

La génoise aux courgettes

300g de courgettes (1 courgette)

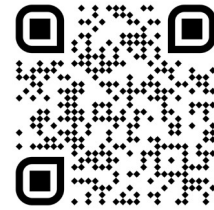
3 pincées de sel

15g d'huile d'olive

3 œufs

50g de farine

35g de crème fraîche épaisse



Instagram



Recette

La garniture

6 cuillères à soupe de fromage à tartiner, Ail & fines herbes

4 tranches de saumon fumé

Préparation

Lavez et séchez les courgettes, puis râpez-les.

Les faire revenir dans une poêle avec un filet d'huile d'olive tout en remuant, jusqu'à ce que l'eau soit évaporée. (Une dizaine de minutes). Salez, puis réservez au frais.

Séparez les blancs et les jaunes. Montez les blancs en neige et les réservez de côté.

Dans un récipient: fouettez les jaunes avec la crème, le sel et la farine ainsi que les courgettes refroidies.

Incorporez les blancs en neige dans la préparation.

Versez la préparation sur une plaque de cuisson munie de papier sulfurisé et étalez à l'aide d'une spatule.

Cuire 20minutes à 180 degrés.

À la sortie du four, retournez la plaque de cuisson sur un torchon propre et humide. Retirez la plaque et enlevez le papier cuisson délicatement. Laissez refroidir.

Étalez le fromage à tartiner et déposez des tranches de saumon fumé.

Roulez délicatement la génoise à la courgette en la serrant bien et en vous aidant du torchon.

Filmez le roulé et le laissez au frigo minimum 2H.