



Clafoutis de courgettes saumon et Roucoulons

Sabine Alphonsine



Plat



15-30 min



4 personnes

Le produit qu'il vous faut



Roucoulons



Les ingrédients

- 80g de Roucoulons
- 2 courgettes
- 3 œufs
- 400 ml de lait entier
- 150g de farine
- 400g de filet de saumon

- Noix de muscade
- 1 gousse d'ail
- Sel, poivre
- Thym
- 10 brins de ciboulette



La préparation

- Préchauffer le four à 200°C.
- Couper les courgettes en fines lamelles et le filet de saumon en tranches.
- Dans un saladier, battre les œufs en omelette, puis ajouter petit à petit la farine. Incorporer le lait, les herbes et la noix de muscade.
- Ajouter le Roucoulons coupé en fines tranches. Saler et poivrer.
- Dans un plat allant au four, frotter une gousse d'ail et huiler le plat légèrement. Verser la préparation à base de Roucoulons.
- Prendre une lamelle de courgette, déposer une tranche de saumon dessus, puis enrouler la lamelle de courgette et saumon fermement.
- Déposer-le, ensuite, debout dans la préparation.
- Recommencer l'opération pour le reste des lamelles de courgettes et de saumon.
- Enfourner le plat 35 à 40 minutes.