

Gratin de perles aux courgettes et au saumon

600 g d'eau

1 cuillère à café de sel

15 g d'huile d'olive

600 g de courgettes

250 g de perles de blé

100 g d'oignons

2 gousses d'ail

2 pincées poivre

1 pincée de sel

200 g de crème fraîche épaisse

180 g de saumon fumé

60 g de parmesan

1- Préchauffer le four à 200°C.

2- Mettre 600 grammes d'eau, 1 cuillère à café de sel et 5 grammes d'huile d'olive dans le Thermomix.

3- Ajouter le panier de cuisson.

4- Mettre 600 grammes de courgettes lavées et coupées en rondelles de 2 cm dans le Panier de cuisson et cuire 16 min/120°C/vitesse 1 puis retirer le panier de cuisson.

5- Ajouter 250 grammes de perles de blé dans le Thermomix.

6- Ajouter le panier de cuisson.

7- Cuire 4 min/100°C/sens inverse/vitesse mijotage puis retirer le panier de cuisson.

8- Égoutter les perles (et vider l'eau du bol s'il en reste).

9- Ajouter 100 grammes d'oignons épluchés et coupés en deux et 2 gousses d'ail épluchées dans le Thermomix. Mélanger 5 sec/vitesse 5.

10- Ajouter 10 grammes d'huile d'olive dans le Thermomix et cuire 3 min/100°C/vitesse 1.

- 11- Ajouter les courgettes dans le bol du Thermomix.
- 12- Ajouter 2 pincées de poivre (à ajuster en fonction des goûts) et 1 pincée de sel (à ajuster en fonction des goûts) dans le Thermomix.
Cuire 4 min/100°C/sens inverse/ vitesse mijotage.
- 13- Ajouter les perles dans le bol du Thermomix.
- 14- Ajouter 200 grammes de crème fraîche épaisse et 180 grammes de saumon fumé coupés en morceaux dans le Thermomix.
- 15- Remuer avec la spatule en particulier si les perles ont formé un bloc après être égouttées.
- 16- Mélanger 15 sec/sens inverse/vitesse 2.5.
- 17- Transvaser le contenu du Thermomix dans un plat à gratin.
- 18- Mettre 60 grammes de parmesan sur le gratin.
- 19- Mettre dans le four pendant 20 min à 200°C.
- 20- Servir immédiatement.