**ROULE AUX COURGETTES ET TRUITE FUMEE**

**Ustensiles**

Flexipan plat FT 2020

Toile Silpat

Film scello frais

**Ingrédients :**

3 petites courgettes (700 g)

30 g huile d’olive

5 œufs

40 g crème fraiche épaisse

50 g farine

10 g persil équeuté ou basilic

Sel

Poivre

250 g fromage à tartiner

250 g truite fumée

**Préparation :**

Tailler courgettes en julienne à l’aide de mandoline ou Tornado

Faire revenir julienne de courgettes 3 mn à feu vif dans poêle huilée

Réserver dans cul de poule

Dans autre récipient, battre œufs avec crème et incorporer la farine

Verser ce mélange sur les courgettes et mélanger

Assaisonner avec sel, poivre et herbes

Préchauffer four à 200 ° C (Th 6/7) et placer Flexipan plat sur plaque alu perforée

Répartir uniformément préparation sur le Flexipan plat et faire cuire 15 minutes à 200 ° C

Démouler le roulé courgettes sur toile de cuisson Silpat.

Etaler le fromage à tartiner et recouvrir de tranches de truite.

Rouler le tout et serrer dans du film alimentaire

Disposer au frais avant de servir