

Roulés de courgette
au
JAMBON DE
VENDEE IGP,
crème au
parmesan, ...



Personnes
2 Personnes



Préparation
25 minutes



Cuisson
25 minutes

Les Ingrédients

- 4 tranches de jambon de Vendée IGP tranches fines
- 1 courgette (300 gr)
- 15g de parmesan
- 50g de crème épaisse allégée
- poivre.
- épices au choix

La Préparation

- I. Laver la courgette, la trancher à l'aide d'une mandoline en 12 tranches d'épaisseur d'environ 1,5 mm.
- II. Déposer les tranches de jambon de Vendée IGP dans une assiette et les passer 1 min au micro-ondes, de façon à les rendre molles et plus faciles à manipuler.
- III. Dégraisser le jambon de Vendée IGP.
- IV. Chauffer le four à 200°.
- V. Dispatcher le jambon de Vendée IGP sur les 12 tranches de courgettes, saupoudrer d'épices, les rouler et les déposer dans 2 plats passant au four.
- VI. Râper le parmesan et le mélanger à la crème épaisse. Ensuite poivrez et déposez-la sur les roulés de courgettes au jambon de Vendée IGP.
- VII. Enfourner pour 25 mn.



PAYEZ VOUS UNE BONNE
tranche de Vendée !

Bon appétit !

La Charcuterie Vendéenne
85220 APREMONT - Tél. 02 51 55 73 64 - commercial@petitgas.fr

