

Tian de légumes

Ingrédients :	Cocotte de base 4/6 pers.	Grande cocotte 8/10 pers.
Légumes :	1,2 kg	1,8 kg
Aubergine(s)	1/2 à 1	2 à 3
Courgettes	2	3
Tomates	4	5
Oignons roses	2	3
Chapelure	3 c. à s	4 c. à s
Huile d'olive	1 filet	1 filet
Gousse(s) d'ail	1	2
Herbes de Provence	-	-
Sel, poivre	facultatif	facultatif
Eau au fond de la cocotte	5 c. à s.	10 c. à s.

Préparation :

- 1 - Lavez et égouttez les légumes.
- 2 - Frottez la cocotte avec de l'ail et huilez-la.
- 3 - Ajoutez les cuillères à soupe d'eau.
- 4 - Pelez et hachez les oignons et répartissez-les dans la cocotte.
- 5 - Saupoudrez d'herbes de Provence.
- 6 - Coupez les tomates, les courgettes et les aubergines en rondelles de 5 mm.
- 7 - Rangez-les dans la cocotte en les chevauchant.
- 8 - Assaisonnez (facultatif), parsemez d'herbes de Provence et de chapelure.
- 9 - Arrosez d'un filet d'huile d'olive.
- 10 - Fermez la cocotte et mettez en cuisson.

Temps de cuisson :

	30 mn	45 mn
Inversion*	20 mn	30 mn
HAUT :	Maxi 20 mn puis Mini	Maxi 15 mn puis Mini
BAS :	Maxi 20 mn puis Mini	Maxi 30 mn puis Mini
ATTENTE AVANT D'OUVRIR :	10 mn	10 mn

*inversez la cocotte en cours de cuisson : voir p.7

Conseils / Notes :

- Pour un plat plus complet, vous pouvez ajouter de la mozzarella en lamelles.