

# Gratin de courgettes au curry

## INGRÉDIENTS :

- 1 à 1,5 kg de courgettes
- 200 ml de crème de coco
- 200 ml d'eau tiède
- 3 œufs
- 100 g de lardons fumés
- 2 cs rases de psyllium
- 5 cs d'huile d'olive
- 3 belles gousses d'ail
- 2 cs rases de curry
- 2 bonnes pincées de muscade
- Sel/poivre



## PRÉPARATION :

Couper les courgettes en fines rondelles et faites-les cuire à la vapeur.

Dans un saladier, battre les œufs, la crème et l'eau.

Ajoutez ensuite les épices, les lardons, l'ail. Salez et poivrez.

Par dessus les courgettes, que vous aurez mises dans le plat à gratin, videz cette préparation et bien mélanger.

Enfourner 35 mn à 180 C° .