



<http://www.lesfoodies.com/>

## Tian au chèvre (WEIGHT WATCHERS)



### Ingrédients (4 personnes):

2 courgettes, 1 aubergine, 2 tomates, 1 oignon, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 5 brins de thym, 120g de chèvre frais allégé, 2 cuillères à soupe de parmesan râpé, 2 brins de basilic, sel et poivre.

### Préparation:

- Préchauffer le four à 200° (thermostat 6/7). - Laver les légumes, les couper en fines rondelles. - Peler l'oignon, l'émincer et le faire dorer avec 2 c. à s. d'huile d'olive à feu vif. - Ensuite dans la même poêle, poêler les rondelles de courgette et d'aubergine avec la moitié du thym éffeuillé sur feu moyen et en remuant régulièrement. - Dans un plat à gratin, mettre les rondelles de légumes en les intercalant. - Saler, poivrer, déposer le fromage de chèvre après l'avoir écrasé à la fourchette, saupoudrer de parmesan et de thym éffeuillé. - Cuire 20 à 25 minutes au four. - Saupoudrer de basilic juste avant de servir.

Publié par cook09 <http://www.lesfoodies.com/cook09>