

Crumbles de légumes à l'italienne



Pour 2 personnes:

- 1 oignon
- 1 courgette
- 3 tomates
- 1/2 poivron rouge
- 1/2 poivron jaune
- 125 g de mozzarella
- 2 cs d'[huile d'olive de palestine Alter Africa](#)
- sel, poivre
- [épices pour cuisine italienne*](#) de [Epicez-moi ça!](#)

Pour la pâte à crumble:

- 35 g de farine
- 35 g de parmesan
- 2 cs d'[huile d'olive de Palestine Alter Africa](#)

(*) *mélange composé de piment doux, ail, basilic, nora, origan, poivre*

Peler les légumes (sauf la courgette) et les couper en dés réguliers (l'idéal étant de le faire à l'aide d'un alligator, mais à la main ça marche aussi très bien). Les faire revenir dans une poêle avec l'huile d'olive, en commençant par les oignons et les poivrons, puis la courgette et les tomates.

Laisser cuire 10 à 15 min. Saler et poivrer puis saupoudrer d'épices italiennes.

Pendant ce temps, préparer la pâte à crumble en mélangeant du bout des doigts la farine, le parmesan et l'huile d'olive.

Dans 2 petites cocottes (ou gros ramequins ou plats individuels à gratin), répartir la moitié des légumes puis la mozzarella taillée en dés, le reste des légumes et enfin la pâte à crumble.

Enfourner 25 min à 180° (chaleur tournante pour moi, ou 200° en mode normal).



<http://quandnadcuisine.over-blog.com/>