Courgettes rôties à la féta

17/07/2019 à 08h34

Par Laurence Benedetti

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 35 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 12 petites courgettes vertes et jaunes
- 1 oignon
- 300 g de feta
- 1 branche de romarin
- gros sel marin
- poivre du moulin
- 10 graines de coriandre
- huile d'olive

Préparation :

- Préchauffez le four sur th. 8-9/260°;
- Lavez et séchez les courgettes, ôtez les extrémités et coupez-les en deux dans leur longueur. Pelez l'oignon, émincez-le et disposez-le dans le plat;
- Arrosez d'un filet d'huile d'olive, saupoudrez de quelques grains de gros sel mais pas trop car la feta est salée, effeuillez le romarin et parsemez les courgettes d'aiguilles de romarin;
- Concassez les graines de coriandre en les enfermant dans un torchon que vous écrasez au rouleau;
- Répartissez les graines de coriandre concassées sur les courgettes, poivrez et enfournez 12 à 15 mn;
- Les courgettes ont déjà pris une teinte dorée, retournez-les avec une spatule. Coupez la feta en tranches de 1 cm et placez-les sur les courgettes. Baissez la température du four à th. 6-7/200° et faites rôtir 15 à 20 mn. La feta va gonfler et dorer.