

# COURGETTES en ESCABÈCHE

Waiting for the sun

<http://waitingforthesun.caladan09.fr/>



Nombre De Personnes : 4

Préparation : 15 min / Cuisson : 10 min

Difficulté : Très Facile

## *INGRÉDIENTS*

- 2 courgettes bien fermes (500 g environ) • 1 gros oignon • 2 gousses d'ail • 3 feuilles de laurier
- 4 feuilles de sauge • 2 càs de sucre • 15 cl de vin blanc sec • 2 càs de vinaigre balsamique
- sel, poivre, huile d'olive

## *RÉALISATION*

Laver et sécher les courgettes, ôter les extrémités. Les couper en fines rondelles (2 mm).

Les faire revenir dans une grande poêle avec un peu d'huile d'olive, en remuant souvent, pendant environ 10 minutes. Elles doivent être cuites, mais ne pas s'écraser.

Réserver dans un plat creux.

Peler et émincer finement l'oignon, peler et dégermer l'ail. Rajouter un peu d'huile d'olive, y faire revenir l'oignon 5 minutes, puis rajouter l'ail haché et laisser cuire sur feu doux 2 minutes. Ajouter laurier, sauge, un peu de sel et de poivre du moulin, puis le vin blanc et le vinaigre. Mélanger et laisser frémir 5 minutes.

Verser cette marinade brûlante sur les courgettes. Laisser refroidir et servir à température ambiante.