

Roulé aux courgettes et au saumon



Ingrédients pour 8 personnes

- ! 2 [courgettes](#) râpées (environ 700 g)
- ! 3 [œufs](#)
- ! 1 cuillère à [soupe](#) de [crème fraîche](#)
- ! 50 g de [farine](#)
- ! ½ sachet de levure
- ! [Sel](#) et [poivre](#) et [muscade](#)
- ! 1 CS l'[huile d'olive](#)
- ! 4 CS bombées de [fromage](#) frais (type tartare) à l'[ail](#) et aux fines herbes
- ! 400 g de [saumon fumé](#)

PRÉPARATION

Préchauffez le four à 200°C. Râpez les courgettes. Faites les revenir dans un peu d'huile d'olive de façon à les faire rendre leur eau. Salez, poivrez e saupoudrez de muscade. [Réservez](#).

Séparez les blancs des jaunes. Battez les jaunes avec la crème fraîche et la farine et la levure.

1. Ajoutez ensuite les courgettes râpées. Incorporez délicatement les blancs battus en neige. Rectifiez l'assaisonnement. Versez le mélange dans un plat à roulé (je me suis servie d'un Flexipan plat). Mettez au four environ 25 minutes. Laissez refroidir.
2. Démoulez, et l'étaler sur un torchon propre.
3. Puis étalez le fromage sur le roulé. Disposez ensuite les tranches de saumon.
4. Roulez le gâteau en serrant bien. Filmez et laissez 1 h au réfrigérateur minimum.
5. Coupez les extrémités et coupez-le en tranches avant de servir.
6. Vous pouvez le manger le lendemain. À savourer accompagné d'une petite salade.