Légumes d’été à la plancha



Légumes d’été à la plancha

Ingrédients pour 2 personnes

1 aubergine

2 courgettes

1 poivron

Sel

Poivre

Curry

Herbes de Provence

100 ml de vin blanc

4 cuillères à soupe d’huile d’olive

Ingrédients pour 4 personnes

2 aubergines

4 courgettes

2 poivrons

Sel

Poivre

Curry

200 ml de vin blanc

8 cuillères à soupe d’huile d’olive

Préparation

Mélangez le vin blanc et l’huile d’olive, le curry le sel et le poivre.

Coupez l’aubergine et les courgettes en morceaux.

Epépinez le poivron et coupe le en morceaux.

Déposez les morceaux d’aubergine, de poivron et de courgette dans un plat.

Versez la préparation vin blanc, huile d’olive dans le plat. Mélangez

Laissez marinez 15 mn

Huilez votre plancha. Faites chauffer votre plancha.

Quand la plancha est bien chaude faites cuire l’ensemble des ingrédients.

Saupoudrez d’herbes de Provence

Servez chaud avec viande de votre choix.