

## **Fritata de courge Shihigatani aux saucisses**



*Temps de cuisson: 20 min*

*Temps de préparation: 30 min*

**Ingrédients pour 6 personnes:**

300 g de courge Shihigatani

1 oignon émincé

200 g de saucisse

25 cl de lait entier

7 œufs

2 CS d'herbes de Provence

2 CS de farine

4 CS d'huile d'olive

### **Préparation :**

- 1- Epluchez votre courge, retirez les graines et coupez-la en cubes. Faites les revenir pendant 10 minutes dans une casserole avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.**
- 2- Dans une poêle, faites chauffer deux cuillères à soupe d'huile d'olive à feu moyen et faites revenir pendant 5 minutes votre oignon préalablement émincé.**
- 3- Ajoutez les saucisses coupées en morceaux, et laissez cuire 5 minutes supplémentaires. Réserver.**
- 4- Battez les œufs. Ajoutez le lait, la farine et les herbes, puis mélangez. Assaisonnez.**
- 5- Ajoutez la préparation aux oignons et aux morceaux de saucisse.**
- 6- Versez la préparation à base d'œufs dans la poêle, et mélangez avant de faire cuire à feu moyen. À mesure que la préparation commence à prendre près de la paroi, à l'aide d'une spatule, soulevez délicatement la portion cuite pour permettre à la portion non cuite de couler en-dessous. Prolongez la cuisson jusqu'à ce que le fond soit pris, environ 10 minutes. Le dessus doit être encore un peu liquide.**
- 7- Placez sous le grill du four pendant 3 min, pour le dessus de votre fritata dore... Couper en 6 parts, et dégustez !**