***Frites de courgettes au parmesan...***

***Pour 4 personnes***

2 belles courgettes

1 œuf (2 si vos œufs sont petits)

8 cuil à soupe de chapelure

4 cuil à soupe de parmesan râpé

Sel poivre

Herbes et/ou épices de votre choix

Préchauffez le four à 200°C.

Lavez vos courgettes, retirez les extrémités et détaillez-les en bâtonnets de la taille d'une frite.

Battez le ou les œufs en omelette.

Mélangez la chapelure avec le parmesan et la garniture de votre choix (pour ma part j'ai fais 2 garnitures différentes, l'une dans laquelle j'ai mis une petite poignée de sauge séchée et 1/2 cuil à café de sumac, l'autre dans laquelle j'ai mis 1 cuil à café d'épices à colombo en poudre), salez, poivrez.

Passez les bâtonnets de courgettes dans l’œuf battu puis dans le mélange de chapelure et parmesan et déposez-les sur une plaque de four recouverte d'un tapis de papier cuisson.

Enfournez vos plaques à 200°C pendant 10 à 15 minutes selon votre four.