



Courgette Bake

Ingredients

- 2 tbsp olive oil
- 500g courgettes, sliced • 200g tomatoes, halved
- few sprigs thyme • few basil leaves
- 100ml/ crème fraîche • 50ml milk
- 1 tsp plain flour
- 75g cheese, grated • 75g bread crumbs
- salt and freshly ground black pepper

Method

1. Preheat the oven to 200C/Fan 180C/Gas 6
2. Put the olive oil in a large, lidded frying pan. Add the courgettes, tomatoes and herbs and season with salt and pepper.
3. Cover and cook gently for 10 minutes, stirring every so often, until the courgettes have softened slightly but are still al dente. The oil should have taken on a deep, rich green colour from the courgettes.
4. Transfer to an oven dish. Whisk the crème fraîche, milk and flour together in a bowl and season with salt. Pour this mixture over the courgettes and tomatoes – it will not be enough to completely cover the courgettes, but this is fine – it will bubble up when cooking.
5. Sprinkle over the cheese and bread crumbs. Bake in the oven for around 25 minutes, or until brown and bubbling.



Pobi Courgette



Cynhwysion

- 2 lwy fwrdd o olew olewydd
- 500g courgettes, wedi'u sleisio • 200g o domatos, wedi'u haneru
- ychydig o deim sbrigyn • ychydig o ddail basil
- 100ml/ crème fraîche • 50ml o laeth
- 1 llwy de o flawd plaen
- 75g o gaws, wedi'i gratio • 75g o friwsion bara
- halen a phupur du newydd ei falu

Dull

1. Cynheswch y popty i 200C/Ffan 180C/Nwy 6
2. Rhowch yr olew olewydd mewn padell ffrio fawr â chaead arno. Ychwanegwch y corbwmpenni, tomatos a pherlysiau a sesnwch gyda halen a phupur.
3. Gorchuddiwch a choginiwch yn ysgafn am 10 munud, gan droi bob hyn a hyn, nes bod y corbwmpenni wedi meddalau ychydig ond yn dal yn al dente. Dylai'r olew fod wedi cymryd lliw gwyrdd dwfn, cyfoethog o'r corbwmpenni.
4. Trosglwyddwch i ddysgl popty. Chwisgwch y crème fraîche, y laeth a'r blawd gyda'i gilydd mewn powlen a'i sesno â halen. Arllwyswch y cymysgedd hwn dros y courgettes a'r tomatos – ni fydd yn ddigon i orchuddio'r corbwmpenni yn llwyr, ond mae hyn yn iawn – bydd yn byrlymu wrth goginio.
5. Ysgeintiwch y briwsion caws a bara drosto. Pobwch yn y popty am tua 25 munud, neu nes ei fod yn frown a byrlymu.