Gratin de riz aux haricots verts, courgettes et thon

Temps de préparation
30 min à 1h

Difficulté
Facile

Ingrédients

2 tasses de riz
500 grammes de haricots verts
1 courgette (en julienne)
2 boîtes de thon (égoutté)
2 cuillères à soupe de jus de citron
4 cuillères à soupe d'huile d'olive (+ un peu)
1 bouquet de persil plat (ciselé)
120 grammes de cheddar (râpé)
sel et poivre

Méthode de préparation

1. **Faites cuire le riz dans de l'eau légèrement salée, selon les indications sur l'emballage. Laissez égoutter. Faites cuire les haricots verts dans de l'eau légèrement salée et égouttez-les.**

2. **Faites revenir les courgettes dans un peu d'huile d'olive.**

3. **Dans un plat de cuisson, mélangez le riz, les haricots verts, le thon, les courgettes, le jus de citron, l'huile d'olive, le persil plat, le sel et le poivre. Couvrez de cheddar râpé et laissez gratiner pendant 15 minutes dans un four préchauffé à 180 °C.**