

COURGETTES FARCIES

Four 4 personnes

des courgettes

de la chapelure

du parmesan

80 g de chair à saucisse par personne

1 oignon

1 échalote



Préchauffer le four Th 7/8.

Laver les courgettes et les couper en deux dans le sens de la longueur.

A l'aide d'une petite cuillère, les évider en conservant la chair.

Mixer la chair des courgettes évidées + 1 courgette entière, avec l'oignon et l'échalote.

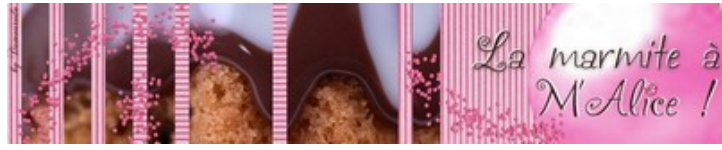
Dans une sauteuse, faire revenir quelques minutes la chair de courgette hachée, puis ajouter la chair à saucisse, en la séparant en tous petits morceaux à l'aide d'une spatule.

Disposer les courgettes sur une grille allant au four.

Les garnir avec la chair cuite.

Parsemer de parmesan râpé, puis de chapelure.

Enfourner jusqu'à ce que ce soit cuit...



<http://lamarmitealice.over-blog.com>