

RECETTE



Cette recette vous est proposée
par le Chef Gérard Dehaye

www.gerard-dehaye.com



20 MIN



30 MIN



4 P.



RIESLING

Bon appétit !



Retrouvez toutes
les recettes sur
www.hopla-ferme.fr

COURGETTES FARCIES AUX LÉGUMES

Ingrédients

- 4 courgettes
- 1 poivron rouge
- 1 poivron vert
- 1 aubergine
- 2 tomates
- 150g de pleurotes
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon
- Tomme d'Alsace râpée
- Sel & poivre
- Huile de colza
- Épices : laurier, poudre de gingembre et muscade

Progression

- Préchauffez le four à 180°.
- Mondiez les tomates et les couper en brunoise. Coupez les poivrons, l'aubergine et les champignons en brunoise aussi. Hachez oignon et ail.
- Dans une sauteuse, chauffez huile de colza, faites revenir l'oignon, ajoutez les poivrons, les aubergines, les tomates, l'ail et laissez mijoter à compotée en ajoutant les épices. Ajoutez les champignons.
- Coupez les courgettes en 2 et les vider en gardant la chair que l'on ajoute à la farce de légumes.
- Faites cuire les courgettes vidées dans le l'eau salée pendant quelques minutes. Elles doivent rester croquantes.
- Dans un plat beurré, mettez les courgettes vidées et cuites, les farcir de la farce de légumes et ajoutez du fromage râpé sur le dessus.
- Mettez au four à 180° pendant 20 minutes jusqu'à avoir une belle coloration.