COURGETTES FARCIES



Coupez les courgettes en deux, évidez-les. Préparez la farce avec la viande hachée, l'oignon, l'ail, le persil, l'œuf et la chapelure. Garnissez les courgettes, parsemez de fromage et enfournez 35 minutes.

Infos

- **Temps de préparation**: 20 mins
- **Temps de cuisson**: 35 mins
- **Portions**: 4 personnes

Ingredients

- 4 courgettes
- 400g de viande hachée
- 1 oignon haché
- 1 œuf
- 2 cuillères à soupe de chapelure
- 50g de gruyère râpé
- Persil, sel, poivre

Préparation

Etape 1

Coupez les courgettes en deux, évidez. Mélangez viande, oignon, oeuf, chapelure, persil et chair des courgettes.

Etape 2
Garnissez les courgettes, parsemez de fromage. Enfournez 35 min à 180°C.