

## Courgettes farcies et pâtes grecques



### Préparation :

1. Laver les courgettes, les couper en deux dans le sens de la longueur et les creuser à la cuillère à évider;
2. Cuire les courgettes à la vapeur pendant 6 minutes et réserver;
3. Pendant ce temps, nettoyer les champignons et les tailler en petits dés;
4. Emincer finement l'oignon jaune et réserver;
5. Dans une poêle, faire revenir à feu vif dans 1 càs d'huile d'olive, les oignons, les champignons et les tomates confites hachées grossièrement;
6. Ajouter les viandes hachées et laisser cuire le tout jusqu'à évaporation complète des jus;
7. Terminer la farce en ajoutant le persil plat lavé et haché;
8. Dans un plat allant au four, verser 1 càs d'huile d'olive, et placer les courgettes cuites, poivrer légèrement l'intérieur et garnir avec la farce;
9. Terminer par la mozzarella, 1 càs d'huile d'olive (en tout, pas sur chaque courgette farcie) et la chapelure panco (ou ordinaire);
10. Servir accompagné de pâtes grecques (ou riz) en suivant les instructions de cuisson du fabriquant;
11. Terminer par un peu de parmesan fraîchement râpé;
12. Bon appétit !

### Ingrédients

#### 4 portions

- 6 courgettes (bio)
- 1 oignon jaune
- 200g de haché de boeuf
- 200g de haché de porc/veau
- 1 piment doux
- 4 càs de tomates confites
- 150g de champignons bruns (ou Paris)
- 1 gousse d'ail
- 2 càs de parmesan râpé (20g)
- 1 boule de mozzarella (120g)
- 3 càs d'huile d'olive
- 3 càs de chapelure « panco » (grosse granulométrie, celle qu'on utilise pour les tempura)
- 4 càs de persil plat haché
- Poivre, sel, origan
- 250g sec de pâte grecques