



✓ Ingrédients

pour 4 personnes :

- 4 courgettes rondes
- 300 g de viande hachée
- 1 oignon
- 1 bouquet de menthe fraîche
- 1 boule de mozzarella
- 1 cs de crème fraîche
- huile d'olive, sel, poivre



✓ Préparation :

Préchauffer le four à 180°C.

Lavez les courgettes. Videz les délicatement à l'aide d'une petite cuillère. Réservez la chair des courgettes.

Salez les courgettes, déposez les dans un plat à gratin et faites les cuire 15 à 20 minutes au four.

Pendant ce temps préparez la farce. Épluchez et émincez finement l'oignon. Faites chauffer un filet d'huile d'olive et faites revenir l'oignon émincé.

Ajouter la viande hachée et la chair de courgettes, salez et poivrez. Laissez cuire à feu vif pendant 10 à 15 minutes. En fin de cuisson, ajoutez la menthe ciselée et la crème fraîche.

Sortir les courgettes du four. Découpez la mozzarella en 8 tranches. Remplir les courgettes à moitié avec de la farce, déposez une tranche de mozzarella. Remplissez les courgettes avec la farce restante et déposez sur le dessus une autre tranche de mozzarella. Enfournier pour 15 minutes à 200°. Le dessus doit être doré.