



INGREDIENTS (POUR 6 PERSONNES)

2 grosses courgettes/4 oignons/5 carottes/300 g de viande hachée à 15%/300 g de chair à saucisse/2 oeufs /4 gousses d'ail/1/2 bouquet de persil/huile d'olive/sel/poivre

PREPARATION :

Dans un grand cul de poule, mélanger la viande hachée et la chair à saucisse. Ajouter les 2 œufs, un oignon, les gousses d'ail et le persil, le tout haché finement. Ajouter un filet d'huile d'olive.

Couper les courgettes en deux et les vider d'une partie de leur chair.

Hacher la chair des courgettes et la mélanger à la farce, assaisonner.

Emincer les oignons restants et couper les carottes en fines rondelles.

Les répartir sur la plaque du four, assaisonner, arroser avec un peu d'huile d'olive et mélanger.

Déposer les demi-courgettes sur le lit de légumes et les assaisonner.

Remplir généreusement les courgettes avec la farce et arroser d'huile d'olive.

Enfourner à 180 degrés pour 1h30 environ. Contrôler la cuisson en piquant les courgettes avec la pointe d'un couteau.

Servir sur assiette.

BONNE DÉGUSTATION !