

Courge butternut farcie aux champignons et à la semoule



La recette

Faire cuire la semoule comme indiqué sur le paquet, réserver.

Préchauffer le four à 220°.

Couper la courge en deux. Quadriller la surface de chaque moitié à l'aide d'un couteau pointu. A l'aide d'un pinceau badigeonner la surface avec une cuillère à café d'huile d'olive puis assaisonner de sel, de poivre et de piment d'Espelette. Enfourner pour 35 minutes environ.

Pour 2 personnes

7 points par personne

Ingrédients:

- 1 courge butternut
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 2 cc d'huile d'olive
- 6 gros champignons de Paris
- 1/2 oignon
- 60 gr de semoule
- 30 gr de ricotta
- 30 gr de mozzarella
- sel, poivre

Pendant ce temps, éplucher et émincer l'oignon. Eplucher, nettoyer et couper les champignons en lamelles.

Faire chauffer l'huile restante dans une sauteuse et faire revenir l'oignon, puis ajouter les champignons et

laisser revenir le tout environ 10 minutes sur feu moyen. (rajouter un peu d'eau si nécessaire).

Lorsque la courge est cuite, la sortir du four, baisser le four à 190°.

Détacher la chair, laisser environ 1 cm sur la peau pour pouvoir mettre la farce dedans. Ajouter la chair dans la sauteuse puis la ricotta et la semoule, saler, poivrer et mélanger le tout. Faire chauffer quelques minutes. Remplir chaque moitié de courge de cette farce. Couper la mozzarella en petits dés et la disposer sur le dessus de votre courge.

Enfourner pour 10 minutes environ