



© COOKBOOK

Cuisson lente

Les farcis doivent être cuits tout doucement. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Laissez cuire pendant 40 min environ pour éviter qu'ils ne se dessèchent.

ENTRÉE

Courgettes farcies à la brandade de morue

Préparation



30 min

Cuisson



15 min

Difficulté



Facile

Coût



Économique

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 courgettes rondes bien fermes
- 250 g de brandade de morue
- 2 gousses d'ail
- 1 citron confit
- 5 branches de persil plat
- 2 brins de menthe
- Huile d'olive
- Sel et poivre

1. Laver les courgettes et découper un chapeau sur chacune. **2.** Avec une cuillère, creuser l'intérieur pour enlever les graines, puis faire cuire à la vapeur pendant 12 min avec les chapeaux. **3.** Égoutter et laisser refroidir. **4.** Éplucher les gousses d'ail et les hacher très finement après avoir retiré le germe. **5.** Couper le citron confit en petits morceaux. **6.** Rincer le persil et la menthe et hacher finement les feuilles. **7.** Dans un petit saladier, verser la brandade de morue, ajouter l'ail, le persil, la menthe et le citron et mélanger en incorporant 4 cuillères d'huile d'olive. **8.** Saler et poivrer l'intérieur des courgettes, puis les garnir avec le mélange précédent. **9.** Remettre un petit chapeau sur chaque courgette et placer au réfrigérateur pendant 1 h, avant de déguster.