

## COURGETTES RONDES FARCIES

- 4 courgettes rondes
- 300 g d'épaule de veau
- 1 tranche de jambon blanc épaisse
- 1 oignon jaune
- 2 gousses d'ail
- 1 œuf
- Ciboulette
- Chapelure
- Huile d'olive
- Sel, poivre du moulin et noix de muscade

Rincer les courgettes à l'eau claire; découper un chapeau dans chacune d'elle, puis à l'aide d'une cuillère parisienne prélever la pulpe en en laissant ½ centimètre contre la peau. Découper la pulpe en petits dés.

Hacher l'épaule de veau; découper le jambon en petits dés. Peler l'oignon et les gousses d'ail; les hacher finement. Dans une petite poêle faire chauffer un filet d'huile d'olive et y faire blondir ce hachis. Ciseler la ciboulette.

Dans un cul de poule mélanger le veau, le jambon, le hachis d'oignon et d'ail, la pulpe des courgettes, l'œuf entier et la ciboulette. Ajouter de la noix de muscade, saler et poivrer.

Garnir les courgettes avec cette farce. Les placer dans un plat à four, ajouter un peu de chapelure sur le dessus; arroser d'un filet d'huile d'olive.

Enfourner environ 45 minutes à 210°C (thermostat 7).

