



## ***Courgettes farcies à la ricotta***

### ***Ingrédients***

*(Pour 4 courgettes)*

- 4 courgettes rondes
- 1 gousse d'ail pressée
- 1/2 pot de ricotta (≈ 125 g)
- 1 tranche de pain de mie
- 1 c.s. de lait
- 1 jaune d'oeuf
- herbes de provence
- un peu de coulis de tomate (facultatif)
- basilic haché
- Sel, poivre
- huile d'olive

Lavez bien vos courgettes et plongez-les 4 minutes dans une grande casserole d'eau bouillante salée. Retirez-les à l'aide d'un écumoire et gardez-les de côté.

Préchauffez le four à 180°C.

Pour la farce, coupez votre tranche de pain de mie en petits morceaux et imbitez-les avec le lait.

Dans un bol, mélangez la ricotta et le jaune d'oeuf, rajoutez la mie de pain légèrement pressée (pour enlever le surplus de lait), l'ail, sel, poivre et un peu d'herbes de provence.

Coupez le haut de vos courgettes (on garde les chapeaux !) et enlevez le centre : avec un couteau pour définir le contour de la zone à enlever, puis avec une cuillère pour la retirer. Attention à tout de même laisser assez de courgette sur les bords, on va surtout enlever là où il y a des pépins.

Remplissez vos courgettes avec la préparation, remettez le chapeau et disposez-les dans un plat allant au four légèrement huilé.

Enfournez 30-35 minutes.

Versez dans un bol la quantité de coulis de tomate voulue, ajoutez un peu de basilic haché, salez, poivrez et gardez de côté pour accompagner vos courgettes.

Servir avec du riz ou une viande et un peu de coulis (tiède).

Bon appétit ! :)