Courgettes farcies à la mexicaine : Un HIT assuré !

RECETTES – REPAS – VIANDES



NOMBRE DE PORTION : 6-8

TEMPS DE PRÉPARATION : 10-15 MIN

TEMPS DE CUISSON :

35 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- 4 grosses courgettes, coupées en deux et évidées
- 1 c. à table d’huile d’olive
- ½ oignon jaune, haché
- 3 gousses d’ail
- 1 livre de bœuf haché
- 1 livre de porc haché
- 1 poivron rouge, coupé en dés
- 1 c. à table de poudre de chili
- 1/2 c. à table d’oignon en poudre
- 1/2 c. à table de poudre d’ail
- 1 c. à thé d’origan
- 1 c. à table de cumin
- 1 c. à table de paprika
- Sel et poivre
- 1 tasse de salsa
- 1 ½ de tasse de fromage mélange tex-mex, râpé
- 1 tasse de maïs en grains
- 1 petite tomate, coupée en dés
- 1/2 c. table de citron
- 1 petite poignée de coriandre, grossièrement hachée

- Crème sure au goût

Préparation

1. Préchauffer le four à 400 F.
2. Dans un chaudron, faire fondre le beurre à feu moyen. Faire revenir l’oignon et l’ail pendant 2-3 minutes.
3. Ajouter la viande et faire brunir.
4. Ajouter ensuite les poivrons et les épices. Bien mélanger.
5. Ajouter la salsa et bien mélanger.
6. Farcir les courgettes.
7. Étendre le fromage sur le dessus des courgettes. Déposer le tout dans un plat allant au four et couvrir de papier d’aluminium.
8. Cuire pendant 20 à 25 minutes ou jusqu’à ce que les courgettes soient tendres. Retirez le papier d’aluminium dans les 10 dernières minutes.
9. Dans un bol, mélanger le maïs, les tomates, le citron et la coriandre.
10. Déposer sur les courgettes avec un peu de crème sure.
11. Saler et poivrer au goût.