

Parmigiana de Courgettes

Ingrédients : *Pour 4 personnes*

- 4 courgettes
- 4 tomates
- 150 g de bœuf haché
- 150 g de chair à saucisse
- 125 g de mozzarella
- 30 g de parmesan
- 1 oignon
- 2 tranches de pain
- 10 cl de lait
- 1 œuf
- 1 feuille de laurier
- thym, ciboulette, persil
- huile d'olive
- sel, poivre

Préparation :

Préparer le Ragoût de Viande

- Faire revenir l'oignon dans l'huile.
- Ajouter la viande et laisser colorer.
- Ajouter les tomates, le thym et le laurier.
- Saler et poivrer légèrement.
- Laisser mijoter une demi-heure.

Préparer les courgettes

- Couper les courgettes en fines lamelles dans le sens de la longueur.
- Les saler, les poivrer et les dorer quelques minutes avec un peu d'huile d'olive.
- Les déposer au fur et à mesure sur du papier absorbant.

Finir la préparation de la farce

- Faire tremper le pain dans le lait pendant la cuisson du ragoût de viande.
- Retirer le thym et le laurier du ragoût de viande et le laisser refroidir légèrement.
- Ajouter au ragoût de viande le pain égoutté, l'œuf, la ciboulette et le persil.
- Mixer l'ensemble pour obtenir une farce homogène.