



Butternut farcie à la bolognaise



2 personnes



Préparation : 10 minutes

Cuisson : 50 min

INGREDIENTS

1 courge butternut

150 g de viande
hachée

1 boîte de tomates
concassées

1 oignon

1 càc d'herbes de
Provence

1 càc de cumin
2 càs d'huile d'olive

PRÉPARATION

1. Préchauffez le four à 200°.
2. Lavez et coupez la courge en deux et enlevez les graines.
3. Posez les deux parties sur un plat face coupée vers le haut.
Huilez la chair de la courge et enfournez 20 minutes.
4. Pelez l'oignon et ciselez finement.
5. Pendant ce temps, faites chauffer l'huile dans la poêle. Ajoutez l'oignon et laissez colorer 3 minutes à feu moyen.
6. Ajoutez la viande, les herbes et les épices puis faites revenir en mélangeant régulièrement.
7. Ajoutez la sauce tomate puis laissez cuire à feu doux pendant 15 minutes.
8. Sortez les courges du four, garnissez-les avec la sauce bolognaise.
9. Enfournez à nouveau 10 minutes.