

# **COURGETTES GOURMANDES AU CHEVRES FRAIS**



**Pour 6 personnes**

**Ingrédients :**

**6 courgettes rondes**

**250 g de fromage de chèvre frais**

**6 tomates confites**

**1 bouquet de persil et 1 de ciboulette**

**1 gousse d'ail émincée**

**80 g de pignons**

**Laver les courgettes et découper un chapeau. Les blanchir 10 minutes dans l'eau bouillante salée. Les égoutter et les laisser refroidir. Trancher légèrement leur base pour qu'elles soient stables.**

**Evider l'intérieure des courgettes et hacher la chair prélevée avec un couteau. La faire revenir 5 minutes à la poêle dans de l'huile d'olive avec l'ail émincé. Laisser refroidir.**

**Laver et hacher les herbes. Couper les tomates confites en dés.**

**Dans un saladier, mélanger le fromage de chèvre avec les herbes, les dés de tomates et le hachis de courgettes tiédi. Ajoutez les pignons. Saler et poivrer.**

**Remplir les courgettes de farce. Les recouvrir avec leur chapeau et réserver au frais 1 heure avant de servir.**