



PETITS COUSSINS DE COURGETTE FARCIS A LA VIANDE



Pour 4 personnes :

Pour les coussins :

200 g de veau haché
2 càs d'oignon haché
150 g de champignons de Paris
1 gousse d'ail
50 g de pistaches mondées et hachées
1 càs de mascarpone
½ càs de basilic haché (j'ai pris du Picard)
2 belles courgettes
Sel, poivre et un peu d'huile pour la cuisson

Pour la sauce au maïs :

50 g de maïs en boîte ,+ 1 càs de maïs cuit, sauté à la poêle et croustillant
4 càs de jus d'orange
Sel
3 càs d'huile de maïs ou de tournesol

La farce :

Faire revenir doucement l'oignon haché dans 1 càs d'huile jusqu'à ce qu'il blondisse. Ajouter la viande hachée et mélanger soigneusement. Mettre ensuite le basilic et assaisonner. Cuire pendant 5 mn. Réserver.

Faire revenir à feu vif les champignons hachés avec la gousse d'ail pendant 5 mn. Incorporer le mascarpone et les pistaches hachées et la viande, cuire encore 5 mn, assaisonner et laisser reposer un peu.

Les courgettes :

Émincer finement les courgettes en faisant des tagliatelles dans le sens de la longueur avec l'épluché-légumes (le Zyliss par exemple). Si les courgettes sont très longues, les recouper en 2 ; les poser l'une sur l'autre, 2 par 2, de façon à former une croix. Déposer un peu de farce au centre et refermer les courgettes de façons à faire des coussins ou des petits paquets.

Dans un petit sautoir faire griller le maïs pour qu'il soit coloré et croustillant.

La sauce au maïs :

Tiédifier le maïs, ajouter l'huile, le jus d'orange et un peu de sel, mixer assez longuement pour que le mélange soit lisse. Saler un peu.

Fin et présentation :

Dans une poêle bien chaude et légèrement huilée, déposer vos coussins et les faire cuire 2 à 3 mn de chaque côté.

Dresser les coussins dans une assiette (chaude de préférence) et entourer de sauce au maïs et quelques grains croustillants. Poivrer.

Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...

