

## Aubergine farcie à l'italienne



Ingrédients pour 2 personnes :

1 aubergine  
2 tomates (ou une petite conserve de coulis de tomate)  
1 petit piment vert  
300g de boeuf haché (ou 2 steaks hachés)  
Basilic ou origan ou mélange d'épices italiennes ....  
Comté ou mozzarella  
Crème fleurette  
Sel et poivre

Préparation :

Lavez et coupez l'aubergine dans sa longueur.

Évidez-la à l'aide d'une cuillère et coupez la chair en cubes.

Mettez vos coques d'aubergine dans un plat et enfournez 15 minutes à 175°C.

Pendant ce temps, dans une poêle, faites revenir la viande, le piment, la chair d'aubergine, les tomates coupées en dés et les épices. Salez et poivrez.

Pour ceux qui surveillent leur ligne, on garnit directement les coques du mélange et on remet au four pour 15 à 20 minutes.

Pour les autres, vous pouvez ajouter un peu de crème fleurette au contenu de la poêle et laisser épaissir. Ensuite vous garnissez vos coques de ce mélange et vous parsemez de comté ou de mozzarella râpé. De la même façon, vous enfournez pour 15 à 20 minutes.

A déguster avec des pâtes bien sûr !