

Fées Mains by Marjorie



Potimarron farci : quinoa, champignons et lardons

Les ingrédients pour 4 personnes : 2 petits potimarrons – 200g de lardons fumés – 10 à 12 champignons de Paris – 100g de quinoa – 15cl de crème fraîche – 1CàS d'huile d'olive – 1 petit morceau de parmesan – 1 échalote – sel – poivre

*Laver et sécher les potimarrons. Couper leur chapeau et, à l'aide d'une cuillère, ôter les graines et filaments.
Faire cuire le quinoa selon les indications du paquet.*

Dans une poêle, faire revenir l'échalote ciselée dans l'huile d'olive puis ajouter les lardons. Faire revenir les lardons puis ajouter les champignons nettoyés et coupés en lamelles.

En fin de cuisson, ajouter la crème fraîche et poursuivre la cuisson à feu très doux quelques minutes jusqu'aux frémissements. Poivrer à convenance et saler si besoin (les lardons étant déjà salés).

Hors du feu, ajouter le quinoa cuit et égoutté et mélanger la préparation.

Farcir les potimarrons de la préparation et parsemer de parmesan râpé.

*Enfourner environ 40mn dans le four préchauffé à 190°C plus ou moins selon la taille des potimarrons.
Vérifier la cuisson à l'aide d'une pointe de couteau qui doit facilement traverser le potimarron.*

Fées Mains by Marjorie
<http://creationsdemarjo.canalblog.com>