

Croustade de courges aux herbes salées

6 à 8 portions

Matériel nécessaire :

- ❖ petite plaque à pâtisserie
- ❖ cul-de-poule
- ❖ cuillères et tasse à mesurer
- ❖ marmite
- ❖ cuillère de bois
- ❖ planche à découper
- ❖ couteau d'office
- ❖ pinceau
- ❖ grand plat à gratin

Ingrédients :

- ❖ 1 courge spaghetti
- ❖ Au goût herbes salées
- ❖ 1 courgette
- ❖ 15 ml d'huile d'olive
- ❖ 800 g de porc haché maigre
- ❖ 15 ml d'ail haché
- ❖ 1 boîte de maïs en crème (284 ml)
- ❖ 1 litre de croûtons
- ❖ 200 ml de lait
- ❖ 200 ml de mozzarella râpée

Méthode :

Cuire la courge spaghetti

Laver la courge. Déposer la courge sur une petite plaque à pâtisserie et la mettre au four à 350° F ou 180°C, pendant 30 à 40 minutes. La courge est cuite lorsque sa peau commence à ramollir.

Vider la courge

Couper la courge en deux. À l'aide d'une cuillère à soupe, ôter les graines, puis retirer les filaments de chair et les déposer dans un cul-de-poule.

Épisode 50 – Croustade de courges et spaghetti d'automne

Défaire les spaghettis de la courge

Mélanger délicatement les filaments de chair de façon à les détacher les uns des autres. Ajouter les herbes salées et mélanger.

Couper la courgette en cubes

Laver la courgette. Couper plusieurs tranches sur la longueur, puis couper les tranches pour obtenir des bâtonnets. Finalement, couper de nouveau pour obtenir de petits cubes.

Saisir le porc haché

Chauffer l'huile d'olive dans une marmite. Ajouter le porc haché, l'ail haché et les cubes de courgette, cuire pendant 5 à 10 minutes. Une fois le jus de viande évaporé, laisser colorer un peu, puis verser le maïs en crème. Ôter du feu.

Préparer la croûte

Déposer les croûtons dans un cul-de-poule, ajouter le lait et le fromage. Mélanger délicatement. Arrêter de mélanger dès que le lait a été absorbé par les croûtons.

Garnir le moule

Graisser le moule.

Déposer la chair de courge dans le fond du moule, bien égaliser, puis ajouter la viande de porc. Égaliser de nouveau, puis couvrir avec les croûtons. Bien les placer en appuyant dessus.

Préchauffer le four à 200°C (400° F)

Cuire la croustade

Déposer le plat dans le four et cuire 20 minutes.

Variante : Vous pouvez remplacer la viande de porc par du bœuf ou du veau haché.