**Courgettes farcies**

Pour 4 personnes

Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 50 min

* **Ingrédients**
* 2 courgettes
* 600 g de porc ou/et boeuf ou au choix)
* Poivre
* Sel
* 50 g d'huile d'olive
* 1 oignon
* [20 cl de coulis de tomate ou des tomates pelées](http://www.panzani.fr/tomacouli-nature/)

50 g de fromage râpé

**Préparation**

Laver les courgettes, ne pas les peler. Les couper en deux dans le sens de la longueur pour obtenir 4 barquettes. Evider chaque barquette avec une petite cuillère et conserver la chair à part.

Faire revenir la chair de courgette dans la moitié d'huile d'olive avec l'oignon émincé. Ajouter ensuite la viande hachée et faire revenir à nouveau en mélangeant avec une fourchette afin de bien égrener la viande hachée.

Dans un plat allant au four, disposer les barquettes de courgettes l'une à côté de l'autre, les remplir de la farce courgette - viande et arroser le tout avec le coulis de tomate ou une boîte de tomates pelées (selon que l'on désire plus ou moins de jus).

Mettre au four 200°C pendant environ 30 à 40 minutes.

Quelques minutes avant la fin de la cuisson, parsemer le plat avec le fromage râpé et poursuivre les dernières minutes de cuisson (le fromage fond). Pour un véritable doré, passer le plat au grill quelques instants.