Légumes variés

Christophines farcies

55 min	20 min	35 min	0	412
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Cuisson des légumes

1. Laver les christophines et les fendre en deux dans le sens de la longueur.
2. Enlever l'amande à l'intérieur, plonger les légumes dans une casserole d'eau bouillante salée.
3. Laisser cuire pendant 20 minutes sur feu moyen.
4. Vérifier la cuisson en y plantant la pointe d'un couteau : la chair doit être tendre mais pas trop molle.

Étape 2

Préparation de la farce

1. Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
2. Egoutter les chistophines. Les évider à l'aide d'une cuillère à café, sans abîmer la peau.
3. Peler et hacher la gousse d'ail. Ciseler la ciboulette.
4. Tailler la chair en petits dés et la réserver dans un saladier. Ajouter les jaunes d'oeufs battus, la crème, les lardons, l'ail et la ciboulette.
5. Assaisonner de sel, poivre et muscade. Mélanger la préparation pour obtenir une farce homogène.

Remplir les coques évidées avec la farce, recouvrir de

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les christophines

4 **Chouchou(s) (Chayote, Christophine)**

Ingrédients pour la farce

100 g **Lardon(s)**
3 unité(s) entière(s) **Jaune(s) d'oeuf**
25 cl **Crème liquide (fleurette)**
10 tige(s) **Ciboulette**
50 g **Gruyère râpé**
1 pincée(s) **Noix de muscade en poudre**
1 **Gousse(s) d'ail**
1 **Sel**
1 **Poivre**

6 [illegible] gruyère râpé.

7 Disposer les christophines farcies dans un plat allant au four. Faire cuire au four pendant 15 minutes.

8 Servir chaud, en entrée ou en accompagnement.