

Gratin de courge spaghetti, champignons et tofu fumé

Ingrédients (pour 4 personnes):

- 1 courge Spaghetti (1,5kg environ)
- champignons
- 1 bloc de tofu fumé
- 2 œufs
- 20cl de crème
- 10cl de lait
- sel, poivre
- noix de muscade
- fromage râpé

Coupez le courge en deux (sans l'éplucher) et enlevez les pépins. Posez les moitiés, dômes vers le haut, sur la plaque du four et laissez cuire pendant environ 30min à 180°C. Vérifiez la cuisson en plantant un couteau, il doit s'enfoncer facilement.

Une fois cuite, récupérez la chair filamenteuse à l'aide d'une fourchette.

Répartir la chair dans un plat à gratin. Saler et poivrer.

Lavez et préparez les champignons et les faire poêler dans un peu de beurre. Les ajouter dans le plat avec la courge.

Coupez le tofu en petits dés, les ajouter sur le gratin.

Dans un saladier, fouettez les œufs avec la crème et le lait. Salez, poivrez et ajoutez un peu de muscade. Répartir le tout dans le plat de courge.

Terminez en ajoutant du fromage râpé sur le dessus.

Enfourner pendant 30min à 180°C.



Le Potager des Rainettes
Producteur de Légumes et Fruits Bio
81220 VITERBE
mickmaraicher@laposte.net
06.77.09.69.42 / 06.60.98.15.60