

Courge spaghetti gratinée à la ratatouille de tomates vertes



“ Une de mes recettes préférées à base de courge spaghetti ... un gratin végétal sans trop de tenue hyper goûteux. ”

Les Ingrédients :

(Pour 6 à 8 personnes) :

Gratin...

- 1 [courge spaghetti](#) de taille moyenne (≈ 1,5 kg)
- Ratatouille
- 100 à 200 g de râpé (emmental, gruyère...)
- 250 g de mozzarella
- 2 c. à soupe de chapelure
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Ratatouille...

- 2 [aubergines](#)

- 6 à 10 [tomates vertes](#)
- 4 petits [poivrons](#)
- 6 à 12 gousses d'[ail](#)
- 2 [courgettes](#)
- 2 [oignons](#)
- 2 à 4 c. à soupe de [concentré de tomates](#)
- 1 bouquet de [basilic](#)
- 1 à 2 branche(s) de [thym](#)
- 1 à 2 feuilles de [laurier-sauce](#)
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Les Étapes :

Préparez la ratatouille... Épluchez les oignons, hachez-les. Rincez les aubergines, les courgettes, les poivrons et les tomates. Sans les éplucher, coupez ces derniers légumes en cubes. Faites fondre les oignons dans une cocotte en fonte additionnée d'huile d'olive. Ajoutez au fur et à mesure, en les faisant saisir 5 à 10 minutes chacun, les aubergine, les courgettes, les poivrons. Ajoutez l'ail, les tomates et le concentré de tomates. Assaisonnez. Mélangez. Déposez la branche de thym et le laurier sur les légumes. Couvrez et laissez fondre les légumes pendant au moins 1 heure sur feu modéré. Rectifiez l'assaisonnement et mélangez régulièrement pour ne pas que les légumes accrochent le fond de la cocotte. En fin de cuisson, ajoutez le basilic.

Cuisson de la courge spaghetti... Pendant la cuisson de la ratatouille, faites cuire la courge spaghetti à l'eau (→ Lire un peu plus loin). Une fois cuite, coupez la courge en deux. Retirez les graines puis la chair à l'aide d'une cuillère. Laissez égoutter la chair le temps que la ratatouille soit cuite.

Préparation du gratin... Dans un plat à gratin, répartissez la chair égouttée de courge spaghetti mélangée à la ratatouille égouttée (environ le même volume que la chair de courge) et au râpé. Étalez la mozzarella coupée en fines tranches. Parsemez de chapelure. Salez, poivrez et arrosez d'un filet d'huile d'olive.

Enfournez à 210-220°C dans le milieu du four pendant environ 30 minutes ou jusqu'à ce qu'une petite croûte se soit formée sur le dessus.

Et Que Dire De Plus ?

- C'est un gratin qui rend beaucoup d'eau, utilisez une ratatouille bien réduite.
- Remplacez le [basilic](#) par 1 c. à soupe de [basilic dans l'huile](#).
- **Cuisson de la courge spaghetti à l'eau** : Pour ce faire, utilisez une grande marmite dans laquelle vous posez la courge. Couvrir d'eau. Amenez à ébullition puis salez l'eau. Laissez cuire environ 20 minutes ou jusqu'à ce que la pointe d'un couteau transperce facilement la peau et la chair de la courge. Refroidissez-la, en la trempant dans un bac d'eau froide (ceci permet de stopper la cuisson).
- Conservez les graines de courges pour en faire des [graines de courge séchées au sel](#)... super pour l'apéro!
- Tout savoir sur la [courge spaghetti](#)...