

Potimarrons farcis à la chair de courge spaghetti, roquette et jambon cru au chèvre



“ Courges ”

Les Ingrédients :

(Pour 6 personnes) :

- 6 petits [potimarron](#)
- ½ à 1 petite [courge spaghetti](#)
- 1 petit [poireau](#) (vert et blanc)
- 6 à 12 feuilles de [roquette](#)
- 6 tranches de jambon cru
- 100 g de fromage de chèvre frais
- Lait (chèvre)
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Les Étapes :

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.

Pendant ce temps, coupez le chapeau des potimarrons. A l'aide d'une cuillère dentée, évidez chaque potimarron et son chapeau. Réservez les potimarrons évidés.

Faites blondir le poireau émincé pendant quelques minutes dans l'huile d'olive. Ajoutez la chair de courge spaghetti. Faites cuire une quinzaine de minutes.

Dans chaque potimarron, déposez une tranche de jambon cru détaillée en lamelles, la courge spaghetti au poireau et les feuilles de roquette ciselées. Émiettez le chèvre. Couvrez de lait. Refermez les potimarrons. Déposez chaque potimarron dans un petit ramequin de la taille appropriée. Couvrez de papier aluminium. Déposez les six ramequins dans un grand plat que vous remplirez d'eau à mi-hauteur.

Enfournez à 180°C pendant au moins 20 minutes, ou le temps que la pointe d'un couteau transperce la chair des potimarrons. Servez sans plus tarder.

Et Que Dire De Plus ?

→ Remplacer le lait de chèvre par du lait de vache et le fromage de chèvre frais par du pecorino râpé.

→ **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).

→ Tout savoir sur la [courge spaghetti...](#)

→ Conservez les graines de courges pour en faire des [graines de courge séchées au sel...](#) super pour l'apéro!

© Les Papilles Estomaquées... 2013

<http://papillesestomaquees.fr/potimarrons-farcis-a-la-chair-de-courge-spaghetti-roquette-et-jambon-cru-au-chevre/>