

Recette Courge Spaghetti façon Carbonara :

Ingrédients :

- 1 courge spaghetti
- 200g d'allumettes de lardons fumés ou non
- 2 jaunes d'œufs
- 4 cuillères à soupe de crème fraîche
- 1 oignon
- 150g de parmesan râpé
- Sel, poivre

Instructions :

1. Préchauffer le four à 180°C
2. Couper la courge spaghetti en 2 dans le sens de la longueur, retirer les pépins et les parties filandreuses du centre. Poser les deux parties sur une plaque allant au four recouverte de papier cuisson, chair contre plaque puis enfourner 30 minutes. Ensuite, remettre au four 10/15 min mais cette fois-ci chair vers le haut protégée par une feuille de papier aluminium
3. Pendant la cuisson, peler et émincer l'oignon, le faire suer dans une poêle légèrement huilée pendant 5 minutes. Ajouter ensuite les allumettes de lardon, cuire 2/3 minutes supplémentaires.
4. Mélanger la crème fraîche, les jaunes d'œufs, sel et poivre dans un bol.
5. Une fois la courge cuite, gratter sa chair à l'aide d'une fourchette afin de réaliser des « spaghetti », les placer dans un récipient. Rajouter le mélange oignons/lardons puis le mélange crème/œufs, bien mélanger le tout



6. Répartir la préparation dans les coques puis parsemer de parmesan



7. Pour finir, placer sous le grill quelques minutes afin de faire gratiner le fromage



BON APPETIT