

## **Courgettes farcies au jambon** (Le palais gourmand)

4 courgettes moyennes

1 1/2 tasse de jambon haché

1/2 poivron rouge coupé en dés

2 oignons verts hachés

1 1/2 tasse de fromage suisse ou mozzarella

2 gousses d'ail hachées (**facultatif**)

Pincée de thym séché (**facultatif**)

Préchauffer le four à 400°F(205°C). Couper les courgettes en deux sur la longueur et en creuser le centre légèrement à l'aide d'une cuillère parisienne ou ordinaire à défaut d'en avoir une. Mélanger le jambon avec le poivron, les oignons verts et l'ail. Saler et poivrer. Déposer les courgettes sur une plaque de cuisson tapissée d'une feuille de papier parchemin. Garnir les moitiés de courgettes avec la préparation au jambon, couvrir de fromage et parsemer de thym si désiré. Cuire au four 25 minutes et servir avec de la salade ou du riz.