



Champignon idée

Le Champignon de Paris, le légume qui a tout bon.

Les recettes de Sofia

Champignons farcis



Ingrédients

- 12 gros champignons de Paris frais
- 2 tranches de jambon blanc
- ½ courgette
- 1 oignon jaune
- 1 oeuf
- 3 cuillères à soupe de ricotta
- 1 cuillère à soupe de persil plat ciselé (ou surgelé)
- Parmesan râpé
- Sel
- Poivre

Préparation

Préchauffez le four à 220°

Pelez et hachez l'oignon. Lavez et coupez la courgette en petits dés. Coupez la base du pied des champignons, videz vos champignons et hachez les pieds grossièrement. Réservez.

Dans une poêle, faites dorer l'oignon avec l'huile.

Ajoutez la courgette, les pieds de champignons hachés faites revenir 5 minutes.

Coupez les tranches de jambon en petits dés.

Mélangez, le jambon, l'œuf, la ricotta et les légumes, le persil et 1 cuillère à soupe de parmesan, assaisonnez.

Farcissez les champignons.

Saupoudrez de parmesan.

Faites cuire au four environ 20 minutes.



6 pers.



Préparation : 15 min
Cuisson : 20 min

Retrouvez toutes les idées recettes sur www.champignonidee.fr

