

## Pomme de terre farcie au zucchini

Servir sur un lit de salade en entrée d'un repas léger!



Ingrédients :

- 2 Grosses pommes de terre
- 1 tasse de zucchini râpé
- 1 petit oignon haché
- 1 gousse d'ail haché
- Fromage râpé
- Quelques branches de persil haché
- Beurre
- Sel et poivre

### Préparation :

1. Emballer les patates dans du papier d'aluminium et cuire au four à 375°F pendant 50 minutes.
2. Pendant la cuisson, chauffer une poêle antiadhésive à feu élevé et avec une noix de beurre, faire colorer les oignons avec le zucchini et l'ail, puis réserver pour plus tard.
3. Lorsque les patates sont cuites, les déballer, les couper en 2 sur le sens de la longueur, puis avec une cuillère, les vider de leur chaire en prenant soins de ne pas abîmer la pelure. Déposer les pelures vidées sur une plaque de cuisson avec du papier sulfurisé puis la chaire dans un bol à mélanger.
4. Écraser grossièrement la chaire de patates avec une fourchette, puis incorporer avec les autres légumes. Ajouter le persil haché et assaisonner avec le sel et le poivre (on peut, au goût, ajouter de la crème au mélange).
5. À l'aide d'une cuillère, garnir les pelures avec le mélange puis saupoudrer de fromage râpé avant de retourner le tout au four pour 10 minutes.

Votre Chef

*Stéphan Boivin*