

Hachis de boeuf et courgettes



Plat **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 20 mn

Cuisson : 25 mn

Encore une recette très intéressante pour cuisiner les courgettes de la motte... En plus, le boeuf haché est une bonne source de protéines et le taux de fer permet de lutter contre l'anémie ou la fatigue.

Ingrédients

- 400 g de viande de boeuf haché
- 100 g de lardons en dés ou en allumettes
- 2 courgettes
- 2 oignons
- 1 morceau de mimolette vieille
- bouillon de boeuf
- huile d'olive
- sel
- poivre du moulin
- thym
- chapelure

Préparation

- 1 Laver et couper les courgettes en rondelles.
- 2 Peler et émincer les oignons. Les faire revenir dans une sauteuse dans un peu d'huile d'olive.
- 3 Ajouter la viande hachée, les allumettes de lardons et poivrer. Saler légèrement à cause des lardons.
- 4 Râper la mimolette vieille.
- 5 Préchauffer le four à 200° (th 7).
- 6 Huiler un plat à gratin. Déposer une couche de courgettes, saler et poivrer. La recouvrir de la préparation à la viande, de la mimolette râpée et terminer par une couche de courgettes. Saler et poivrer.
- 7 Arroser de bouillon de boeuf et parsemer de brins de thym et de chapelure.
- 8 Enfourner et faire cuire 25 minutes.
- 9 Servir dès la sortie du four. Accompagner de quelques feuilles de salade.

Proposé par



La Guillaumette

La Guillaumette, c'est moi! une lorraine devenue charentaise à l'heure de la retraite. Une de mes passions est de mijoter de bons petits plats. Mais j'en ai bien d'autres. Venez à ma rencontre en visitant mon blog "[LA GUILLAUMETTE](#)". Ainsi, nous ferons connaissance.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

