

DFM 930 CHAUD DEVANT 2019

« Les Bons Petits Plats de Francette »

PETITS LÉGUMES BRAISÉS ET CHAMPIGNONS FARCIS A LA FETA ET AUX NOISETTES

Préparation : 30 min, Cuisson : 55 min, Pour 4 personnes

Il vous faut : 4 champignons Portobello (ou de très gros champignons de Paris à farcir), 1 oignon jaune, 2 carottes, 2 courgettes, 200g de tomates cerises, 100g de feta, 40g de noisettes, 10 cl de vin blanc sec, 2 cuillères à soupe de câpres au vinaigre, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 cuillère à soupe bombée d'herbes de Provence, 4 gousses d'ail, Sel, Poivre.

Préchauffez le four à 200°C.

Pelez l'oignon et les carottes, rincez les courgettes et coupez les légumes en dés de 1 cm. Rincez les tomates cerises. Placez ces légumes dans un plat à four. Arrosez avec le vin blanc, 10 cl d'eau, la moitié d'huile d'olive, poivrez et ajoutez les herbes de Provence les câpres et l'ail écrasé. Enfournez pour 30 min.

Retirez les pieds des champignons après les avoir rincé. Au bout des 30 premières minutes de cuisson des légumes, pratiquez 4 creux dans les légumes pour y déposer les champignons, face bombée contre le plat. Arrosez l'intérieur des champignons avec le jus rendu dans le plat, puis répartissez la feta émietlée et les noisettes concassées sur les champignons. Versez le reste d'huile et enfournez pour 25 min supplémentaires en arrosant une fois ou deux.

Servez avec du riz, de la semoule ou de la polenta, par exemple.