

CHOUCHOUS FARCIS AUX LARDONS...

Recette offerte par Marie Evelyne VOISIN de RUN GOURMANDISES.

 30min

 facile

 économique (soit 0.70 cts euro/personne)



INGREDIENTS (pour 08 personnes) :

- ✓ 04 chouchous
- ✓ 200g de lardons
- ✓ Du pain rassis
- ✓ 01 oignon, 02 gousses d'ail
- ✓ Sel, poivre, muscade
- ✓ Du thym
- ✓ 50g de farine
- ✓ 50g de beurre
- ✓ 300ml de lait

1.



Bouillir 30 min. Fendre en deux.
Retirer sa chair. Réserver sa peau.

4.



Faire un « roux » : fondre le beurre
coupé en dès, ajouter la farine.
Mélanger.

7.



Ajouter les lardons sautés et un peu
de la préparation béchamel. Mélanger.

2.



Bouillir les lardons puis rincer.
Saler, poivrer, ajouter le thym.

5.



Hors du feu, ajouter le lait, délayer.
Remettre sur feu, laisser épaissir.
Ajouter un peu de muscade.

8.



Les farcir avec la préparation.
Parsemer de gruyère râpé.

3.



Poêler les lardons, l'oignon haché.
Et l'ail pilé ou haché finement.

6.



Ajouter le pain rassis émiétté.
Ecraser à la fourchette. Mélanger.

9.



Enfourner 15min à 200°C.
Servir chaud.

❖ Retrouvez-moi pour d'autres recettes délicieuses et astucieuses sur le blog : <http://runggourmandises.eklablog.com/>
et sur ma page facebook : <https://fr-fr.facebook.com/RunGourmandises>

❖ Petits conseils gourmand d'Evelyne VOISIN, pour bien réussir ses chouchous farcis :

Oter la chair des chouchous à l'aide d'une cuillère à café sans percer la peau. Ne jeter pas les noyaux, car ça se mange ! Laisser faire votre imagination, en remplaçant les lards par du thon, crabe, ou ce que vous préférez ! Vous pouvez aussi saupoudrer de chapelure.