

Gratin de courge spaghetti

PLATS PRINCIPAUX

Préparation : 1 heure

Cuisson : 30 minutes

Rendement : 6 portions

Ingrédients	Quantité		Méthode
	Métrique	Impérial	
Courge spaghetti	1	1	Préchauffer le four à 350 °F (180 °C) Couper la courge en deux, retirer les graines autant que possible, placer la courge dans un plat allant au four, couvrir d'aluminium et cuire environ 1 heure. Entre-temps, préparer la sauce à la viande. Faire revenir l'oignon dans l'huile, ajouter l'ail et le bœuf haché. Cuire 5 minutes, jusqu'à ce que la viande ait perdu sa teinte rosée. Ajouter les tomates, la pâte de tomates, les assaisonnements et cuire environ 30 minutes à feu moyen. Dans une autre casserole, faire la sauce crème. Faire fondre le beurre, ajouter la farine et cuire 1 minute. Ajouter le lait au fouet, la muscade et cuire 7 à 10 minutes en remuant continuellement jusqu'à épaississement. Mettre de côté 2 tasses (500 ml) de cette sauce blanche. Retirer du feu et ajouter le fromage râpé en remuant bien. Battre les œufs dans un petit bol, y ajouter la sauce blanche mise de côté, puis ajouter à la sauce au fromage en fouettant bien. Lorsque la courge est cuite, retirer la chair (qui s'effiloche facilement) et y incorporer la sauce crème. Placer la moitié du mélange de courge dans un plat de 3 litres allant au four. Étaler la sauce à la viande dessus, puis le reste de la courge. Saupoudrer par-dessus le parmesan et la chapelure préalablement mélangés. Cuire au four environ 30 minutes. Laisser reposer 15 minutes avant de servir.
Sauce à la viande			
Huile d'olive	15 ml	1 c. à soupe	
Oignon haché	1	1	
Ail haché	2 gousses	2 gousses	
Bœuf haché maigre	500 g	1 livre	
Tomates en dés	750 ml	3 tasses	
Pâte de tomates	30 ml	2 c. à s.	
Origan	7 ml	1 1/2 c. à thé	
Cannelle	5 ml	1 c. à thé	
Poivre de Cayenne	1 ml	1/4 c. à thé	
Sel et poivre	au goût		
Sauce crème			
Beurre	75 ml	5 c. à soupe	
Farine	75 ml	5 c. à soupe	
Lait	1,25 L	5 tasses	
Muscade	1 ml	1/4 c. à thé	
Œufs	2	2	
Fromage cheddar* râpé	500 ml	2 tasses	
Finition			
Fromage parmesan	125 ml	1/2 tasse	
Chapelure de pain	125 ml	1/2 tasse	

* On peut utiliser du cheddar moyen ou fort, mais aussi du gouda, Oka, Colby, Farmer ou tout fromage à pâte ferme que l'on aime bien. Les plus audacieux essaieront un bleu, seul ou mélangé à un autre fromage.