

# Courges aux épices mexicaines

Courges farcies de haricots rouges, épices mexicaines, oignons, poivrons et épices mex.

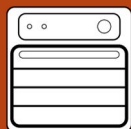


## Mise en place

Couper les courges en deux et enlever les pépins.  
Dans une casserole chaude et légèrement huilée, faire rissoler le bœuf haché pendant environ 2 minutes, ajouter les poivrons et oignons égouttés, la tomate concassée et les haricots rouges égouttés également. Verser le sachet de Chili Mix Amigos + 100 ml d'eau, mélanger délicatement et laisser mijoter à feu doux. Ajouter les grains de maïs égouttés en fin de cuisson.

## Mise en oeuvre

Garnir les demi courges du chili con carne, puis ajouter le fromage râpé.  
Cuire dans un four chaud à 180° environ 30 minutes.  
Ajouter la coriandre hachée au moment de servir.



Four

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
CHILI MIX' - ASSAISONNEMENT POUR CHILI C	6170	1 sachet
HARICOTS ROUGES	3658	1 Boite
MELANGE POIVRONS & OIGNONS GRILLES	7415	1 sachet
Viande de boeuf hachée		500 g
Emmenthal rapé		50 g
Tomates concassées		400 g
Courge		2 pièce
Maïs en grains		50 g
Coriandre fraîche		1 bouquet