



# Courge Spaghetti

## Ingrédients pour 4 personnes .....

1 Courge spaghetti

500g de viande hachée

1 boîte de tomates  
concassées

Sel poivre

2 cs d'huile d'olive

1 oignon

## Préparation .....

Préchauffer le four à 180°C

Couper la courge en deux et la vider de ses pépins

Mettre au four 30min.

Emincer l'oignon et le faire revenir dans une poêle avec l'huile d'olive.

Ajouter la viande hachée.

Gratter la courge pour faire des filaments comme des spaghettis.

Mélanger le tout.