





## LES JARDINS DU GIESSEN



# BUTTERNUT

### **COURGE BUTTERNUT GRATINÉE FAÇON EXOTIQUE**

Préparation : 15 mn

Cuisson : 35 mn

Ingrédients\_(pour 4 personnes) :

- 1 kg de courge
- 2 oignons
- fromage râpé (100 g environ)
- crème liquide (10 cl) et/ou lait de coco
- curry et muscade
- sel, poivre
- facultatif : 2 tranches de lard

Faites rissoler quelques oignons dans un peu d'huile, mettez-les de côté...

Une fois épluchée et épépinée, découpez la courge en petits dés (1 cm de côté).

Faites-les pré cuire à la sauteuse dans un peu d'huile (environ 10 mn) : on doit pouvoir planter une fourchette dans une chair pas trop dure, mais pas écrasée non plus.

Faites préchauffer le four à 250°C.

Disposez la courge et les oignons dans un plat à gratin, ajoutez de la crème (et/ou du lait de coco), pas mal de curry (jusqu'à une cuillère à soupe selon les goûts), du sel, du poivre, et un peu de muscade.

Mélangez.

Recouvrez de fromage râpé et mettez à four chaud comme pour un gratin classique.

En cours de cuisson, on peut ajouter du lard.

Le gratin est prêt lorsque le fromage est bien doré ; il est réussi lorsque la courge ne s'est pas réduite en purée.

Encore meilleur réchauffé le lendemain, le plat y gagne en saveur !

### **TOURTE À LA COURGE**

Ingrédients :

- 1 kg de courge
- 2 pâtes feuilletées
- 1 oignon
- 250 g de lardons
- 1 œuf,
- sel et poivre

Découper un morceau de courge en petit dés ainsi qu'un oignon et les faire dégorger dans un plat avec du sel.

Dans un plat assez haut, disposer une pâte feuilletée sur laquelle vous verserez le mélange courge oignon, ajouter 250g de lardons et poivrer. Ajoutez un peu de crème fraîche.

Recouvrir d'une pâte feuilletée et étalez au pinceau un jaune d'œuf.

Faire cuire 30 à 40 min dans un four à 180°, mettre une feuille d'aluminium si besoin.

### **VELOUTÉ DE BUTTERNUT**

Ingrédients :

- 1 courge butternut,
- sauce tomate,
- beurre, sel, l
- ait (facultatif)

Faire cuire la courge dans l'eau ou à la vapeur, sans l'éplucher, pendant 30 minutes.

Couper en deux, extraire la chair, beurrer, saler.

En velouté, mélanger la chair à de la sauce tomate, sel, beurre.

Ajouter de l'eau chaude ou du lait suivant la consistance recherchée.



LES  
JARDINS  
DU  
GIESSEN



# BUTTERNUT



## BUTTERNUT PANÉ

Ingrédients :

- 1 kg de courge
- 1 œuf
- 100 g de chapelure
- 100 g de beurre
- 100 d'emmental (ou autre fromage râpé)
- sel et poivre



## Recette

Couper la courge en tranches de 1 cm d'épaisseur.

Passez ces tranches dans l'œuf salé battu, puis dans la chapelure.

Après avoir laissé au frais 1 h, faire dorer les tranches des 2 côtés et les cuire lentement dans le beurre blondi sans les superposer.

Saler, poivrer et sur chaque tranche, mettre une fine tranche de fromage.

Couvrir et maintenir le feu bas jusqu'à ce que le fromage soit fondu.

On peut mettre aussi quelques minutes à four chaud.



LES  
JARDINS  
DU  
GIESSEN



# BUTTERNUT



Recette



Recette