

Courge butternut

Purée de courge butternut

Ingrédients : 5 pommes de terre en morceaux
 ½ courge butternut en morceaux
 100ml crème ou de lait
 un peu de beurre
 sarriette au goût
 sel et poivre

Méthode :

- Faire cuire les pommes de terre et la courge dans une casserole d'eau salée jusqu'à ce qu'ils soient cuits. Égoutter, piler avec le reste des ingrédients. Server comme accompagnement.

Courge butternut

Soupe à la courge butternut

Ingrédients :

1	courge en morceaux
3	carottes en rondelles
3-4	pommes de terre en morceaux
1	pomme en morceaux
	bouillon de poulet pour recouvrir les légumes
1 c. à thé	quatre épices
	sel et poivre

Méthode :

- Mettre tous les ingrédients dans une casserole et recouvrir de bouillon. Cuire à feu moyen jusqu'à ce que tous les légumes soient tendres soit env. 20-30 minutes. Mixer le tout au pied mélangeur. Server avec un filet de crème si désiré.

Courge butternut

Courge farcie

Ingrédients :	1	courge musqué ou poivrer
	2	noix de beurre
	1c. à tb	huile d'olive
	1	gousse d'ail haché
	½	oignon haché
	2 tasses	courgettes en dés
	2 tasses	champignons tranchés
	6 c.à tb	crème sûre légère
	1 c.à tb	moutarde de Dijon
	1 tasse	cheddar mi-fort râpé

Méthode :

- Choisir une belle grosse courge. La couper en deux, la vider et déposer une noix de beurre dans chacune des cavités. Faire cuire au four env. 40-45 minutes à 400 degré f
- Pendant ce temps, dans une poêle, faire sauter l'ail, l'oignon, la courgettes et les champignons dans l'huile.
- Ajouter la crème sure et la moutarde. Saler et poivrer.
- Remplir la courge et parsemer du cheddar râpé. Faire gratiner au four avec un peu de paprika et servir.