

RECETTE



Cette recette vous est proposée
par le Chef Gérard Dehaye

www.gerard-dehaye.com



10 MIN



20 MIN



4 p.



Pinot blanc

Bon appétit !



Retrouvez toutes
les recettes sur
www.hopla-ferme.fr

PURÉE DE POTIRON FAÇON HOUMOUS, ÉPICES ET GRAINES

Ingrédients

- 300 g de pulpe de potiron
- Jus d'1 citron
- 30 g de sauce tahini au sésame
- 1 gousse d'ail
- 50 g d'huile de colza
- Sel
- Curry Curcuma
- Persil frais haché
- Piment d'Espelette
- Graines de potiron grillées

- Couper la pulpe de potiron en morceaux.
- Les mettre dans une casserole avec un filet d'huile de colza, une pincée de sel, une cuillère à café de curry et une de curcuma.
- Faire cuire à feu très doux jusqu'à ce qu'elle devienne molle.
- Mélanger le potiron avec le jus de citron, la sauce tahini, du sel, l'ail et l'huile jusqu'à l'obtention d'une crème épaisse sans grumeaux. Si nécessaire, ajouter un peu d'eau.
- Ajouter du persil haché, et des graines de potiron, arroser d'un filet d'huile.
- Servir le houmous de potiron au piment et aux graines avec des croûtons de pain