

RECETTE



Cette recette vous est proposée
par le Chef Gérard Dehaye

www.gerard-dehaye.com



20 MIN



20 MIN



4 P.



PINOT NOIR

Bon appétit !



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

COURGETTES, POMMES, RAISINS

Ingrédients

- 4 courgettes longues en morceaux moyens
- 1 oignon ciselé
- 2 gousses d'ail ciselées
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- 1 grosse pomme coupée en morceaux moyens
- 2 c. à s. de raisins secs
- 1 c. à s. de gingembre frais râpé
- le jus de 1 citron
- 1/4 de bouquet de persil ciselé
- sel
- poivre du moulin

- Faites fondre l'oignon et l'ail dans une casserole huilée. Ajoutez les courgettes et cuisez 5 min en remuant. Ajoutez la pomme, les raisins, le gingembre et le jus du citron. Salez légèrement. Remuez et cuisez 10 min. Rectifiez l'assaisonnement et ajoutez le persil en fin de cuisson.