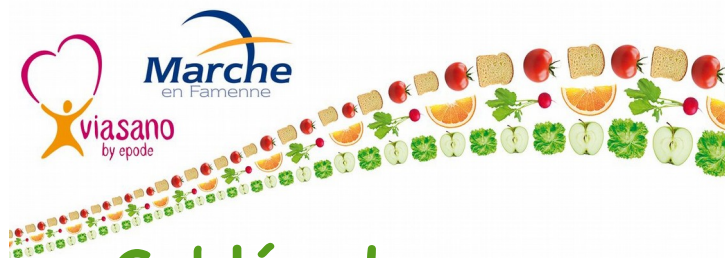


POTAGE de COURGE



Sablés de parmesan



POTAGE de COURGE & sa crème fouettée à l'huile de truffe



GUACAMOLE sur sablés de parmesan



SABLES DE PARMESAN

Temps de préparation : 10 minutes

Repos : 1h - Cuisson : 15 minutes

INGRÉDIENTS (POUR ± 20 SABLES) :

- 1 jaune d'œuf
- 60g de beurre
- 90g de farine
- 50g de parmesan
- 1 pincée de sel
- Romarin ou thym

PRÉPARATION :

- * Dans un saladier, mélanger le parmesan avec le beurre. Ajouter la farine, le sel et les épices. Mélanger puis ajouter le jaune d'œuf. Pétrir rapidement, sans trop travailler la pâte qui, à la fin, doit être compacte et homogène.
- * Faire un boudin avec la pâte, la filmer et la mettre 1h au frigo (ou 15 minutes au congélateur).
- * Couper la pâte en rondelles et enfourner 15 min. sur du papier cuisson dans un four préchauffé à 200°.
- * Sortir du four et laisser refroidir. Conserver dans une boîte en fer.

POTAGE de courge

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

INGRÉDIENTS (POUR 4 PERSONNES) :

- 600g de courge (potiron, potimarron, butternut, ...)
- 1 gros oignon
- 1 carotte
- 1 cube de bouillon de volaille
- sel et poivre

PRÉPARATION :

- * Éplucher la courge à l'aide d'un couteau ou d'un éplucheur. Ôter les graines et les filaments puis couper la chair en petits cubes.
- * Éplucher et laver la carotte et la couper en petits morceaux.
- * Éplucher l'oignon et le hacher finement.
- * Dans une cocotte mettre un peu d'huile, y mettre l'oignon, faire cuire un peu sans donner de coloration, ajouter la carotte, la courge et faire suer un peu.
- * Ensuite, couvrir d'eau (1 cm au-dessus des légumes) et ajouter le cube de bouillon. Continuer la cuisson 30 minutes. Mixer et rectifier l'assaisonnement.

GUACAMOLE sur sablés de parmesan

Temps de préparation : 15 minutes

INGRÉDIENTS (POUR GARNIR ± 10 SABLES) :

- 1 avocat bien mûr
- 1/2 échalote
- 1 càs* de jus de citron vert
- sel et poivre

* cuillère à soupe

PRÉPARATION :

- * Dans un plat, ôter la chair de l'avocat, l'écraser à la fourchette très finement, ajouter du sel, du poivre et le jus de citron. Réserver au frais.

- * Garnir les sablés (préparés à l'avance) d'un peu de guacamole et décorer avec du persil, de l'aneth, de la ciboulette, etc ...

Potage de courge

& sa crème fouettée à l'huile de truffe

Temps de préparation : 15 minutes

INGRÉDIENTS :

- 100 ml de crème (40 % de MG)
- sel et poivre blanc
- 1/2 càs* d'huile d'olive aromatisée à la truffe
- Potage de courge
- Fruits oléagineux (noix, noisettes, ...) écrasés

* cuillère à soupe

PRÉPARATION :

- * Dans un plat en plastique (la crème monte mieux) battre la crème froide et y ajouter du sel, du poivre blanc, et l'huile de truffe.
- * Mettre la préparation dans une poche avec une douille cannelée. Réserver au frais.

- * Verser le potage de courge dans de beaux bols ou dans des petites verrines apéritives.
- * Ajouter la crème fouettée à l'huile de truffe.
- * Garnir de fruits oléagineux écrasés.