## **Recettes (pour 4 personnes)**

## Potiron entier au four

**Ingrédients**

* 1 potiron
* Sel, poivre, muscade et piment d’Espelette
* Huile d’olive
* Riz

**La recette**

1. Préchauffez le four à 200°
2. Frottez votre potiron avec une brosse. Coupez le chapeau du potiron à l'aide d'un bon couteau.
3. Enlevez les graines à l’aide d'une cuillère à soupe.
4. Salez, poivrez à l'intérieur. Ajoutez selon votre goût des lardons, des épices ou de la crème. Refermez le potiron à l’aide de son chapeau.
5. Posez le potiron sur une plaque de cuisson et enfournez pendant environ 45 minutes.
6. Servez chaud avec du riz basmati et un filet d’huile d’olive.

## Cake au potiron et noisettes

**Ingrédients**

* 100 g de potimarron
* 75 g de sucre blond de canne
* 1 œuf
* 50 g de farine de blé
* 1/2 sachet de levure chimique ou poudre à pâte
* 30 g d'huile de noix ou noisettes
* 25 g de noisettes grossièrement concassées

**La recette**

1. Préchauffez votre four à 180°C
2. Frottez votre potiron avec une brosse. Tranchez-le pour obtenir un morceau de 100 g (vous pouvez garder la peau mais vous devez enlever les graines). Coupez-le en cubes.
3. Dans un mixeur, déposez les cubes de potiron cru. Ajoutez le sucre et les œufs. Mixez jusqu’à obtention d’une pâte homogène.
4. Ajoutez la farine, la levure, l’huile et les noisettes hachées. Mixez de nouveau.
5. Versez la préparation dans un moule à cake légèrement huilé à l’aide d’un pinceau.
6. Enfournez pour environ 45 minutes

## Crumble de potiron au parmesan

**Ingrédients**

* 1 Potiron
* 1 Oignon
* 1 Feuille de sauge
* 50g Farine
* 50g Parmesan
* 50g Beurre
* Huile d’olive
* Sel et Poivre

**Recette**

1. Préchauffez le four à 180°C (th.6).
2. Rincez le potiron, coupez-le en tranches et, à l’aide d’une cuillère à soupe, enlevez les graines.
3. Faites chauffer l’huile dans une sauteuse et faites-y revenir l’oignon. Ajoutez le potiron et la sauge, salez, poivrez et laissez précuire 10 min à feu doux
4. Dans un saladier, mélangez grossièrement la farine, le parmesan et le beurre coupé en dés.
5. Déposez vos tranches de potiron dans un plat allant au four. Enfournez 15 minutes.
6. Répartissez la pâte à crumble sur le potiron et poursuivez la cuisson pendant une trentaine de minutes. Servez bien chaud.