

Recette légume : le potiron

Guacamole de potiron

Eplucher et couper grossièrement le potiron
Le cuire en démarrant à l'eau froide salée,
L'égoutter, le mixer et le laisser refroidir

Tailler en petits dés les tomates confites et
Concasser la coriandre

Mélanger le tout (purée de potiron avec les dés
de tomates et la coriandre)

Mettre en poche (ou sac à congélation - couper
la pointe en une toute petite ouverture)

Dresser dans un verre à cocktail puis décorer
avec une feuille de basilic et un pétale de
tomate confite.

Régalez-vous !

Les courses :

- Pour 4 Personnes
- * 500 Gr de potiron
- * Tomates confites
- * Coriandre, sel et poivre

