

« Les petits sushis de potimarron »

Ingrédients :

100g de purée cuite de courge bien égoutté
50g de courge en dés
1 Kiri
1 peu de jus de citron
20g Graine de courges
1 petit bouquet de ciboulette
1 galette de maïs
Huile neutre

Matériels :

Bol
Casserole
Passoire
Presse purée
Cuillère
Planches
Couteau
Poêle

Préparation :

1 cuire la courge garder un morceau pour réaliser des dés et l'autre partie bien égoutté sera réduite en purée.

2 faire le mélange du Kiri et de la purée de courge, ajouter un peu de jus de citron pour la fraîcheur et sel, poivre.

3 hacher la ciboulette et ajouter à la préparation.

4 sur galette de maïs étaler la préparation précédente et ajouter les dés de courge et les graines préalablement torréfiées à la poêle.

5 rouler la galette et tailler trois tronçons. Décorer selon son envie et déguster.