

semaine du 24 novembre

petit panier

salade pain de sucre

potimarron

carotte

épinard

radis d'hiver



grand panier

salade pain de sucre

potimarron

carotte

épinard

radis d'hiver

fenouil

radis botte

potimarron rôti

Dans votre panier, il faut le potimarron entier! En plus de l'huile et du miel. Préchauffez le four à 180°C (th.6). Récupérez les graines, lavez-les sous l'eau et séchez-les. Coupez le potimarron en tranches de 2 cm en gardant la peau. Sur une plaque allant au four, posez une feuille de papier sulfurisé et disposez les tranches de potimarron. Dans un bol, versez le miel, l'huile d'olive et le sel et émulsionnez le tout. Avec un pinceau, enduisez les tranches du potimarron. Enfournerez pour 30 minutes. Pendant ce temps-là, décortiquez quelques graines et faites-les revenir dans une poêle à sec, disposez les au moment de servir Bonne cuisine !