



Citrouille rôtie avec fromage de chèvre et roquette

Recette de V-ZUG SA



Préparation	30 min
Temps de cuisson	20 min
Portions	4
Appareil	Combair-Steam SE à partir de 2015

Préparation

800 g de courge butternut

(Pré)chauffer l'enceinte de cuisson à 230 °C avec Air chaud + vapeur

Eplucher la courge, la couper en tranches et la déposer sur une plaque à gâteaux tapissée de papier sulfurisé. Enfourner la plaque dans l'espace de cuisson préchauffé. Cuire.

Introduire l'aliment à cuire

Air chaud + vapeur 230 °C pendant 20 min

1 gousse d'ail

4 cs d'huile d'olive

Sel

Poivre

Emincer finement l'ail ou l'écraser. Après cuisson, répandre l'ail et l'huile d'olive sur la courge. Saler et poivrer.

120 g de roquette

40 g de noix de cajou

2 cs d'huile de pépins de courge

1 cs de vinaigre balsamique

Sel

Poivre

80 g de fromage de chèvre

Laver la roquette. Hacher grossièrement les noix de cajou et les faire griller. Mélanger l'huile, le vinaigre, le sel et le poivre pour faire une vinaigrette. Faire mariner la roquette avec la vinaigrette et la dresser sur la courge. Couper le fromage de chèvre en petits morceaux et le répartir. Répartir les noix de cajou sur le plat.

Accessoires

Plaque à gâteaux





Informations complémentaires

Créée le

11.12.2019

