



COURGE BUTTERNUT FARCI RICOTTA

INGRÉDIENTS

- 1 butternut d'1 kg
- 2 cuillères à café d'huile d'olive
- 3 pincées de sel
- 500 g de ricotta
- 50 g de noix
- 25 g de pignons de pins
- 3 cuillères à soupe de raisins secs
- 1 cuillère à soupe rase de massalé ou curry, cumin, ou ras el hanout ...
- 2 cuillères à soupe de Parmesan
- 2 cuillères à café de persil plat
- 2 bonnes pincées de piment d'Espelette

PRÉPARATION

Lavez la butternut, fendez-la en deux et ôtez les graines. Mettez les deux moitiés sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé arrosez chacune d'une cuillère à café d'huile d'olive (étalez avec un pinceau ou un papier absorbant) puis saupoudrez chacune d'un peu de sel.

Enfournez dans un four préchauffé à 180°C pour 50 minutes de cuisson. Cette opération peut être effectuée à l'avance.

Une fois la courge précuite, sortez-la du four et évidez-la (ne jetez pas la chair. Utilisez-la pour une soupe ou une purée par exemple. Gardez suffisamment de chair dans la courge (au moins 1 centimètre d'épaisseur). Je préfère évider la courge précuite que crue car c'est beaucoup plus facile. Là, la chair est tendre.

Versez dans un saladier la ricotta. Détendez-la un peu à la fourchette. Ajoutez le massalé, les raisins secs, les noix grossièrement concassées et les pignons de pin. Si vous avez le temps, vous pouvez torréfier les noix et les pignons au four 15 mn à 150°C pour exhaler le goût. Mais ce n'est pas obligatoire 😊. Assaisonnez cette farce d'une bonne pincée de sel et garnissez-en les demi butternut.

Saupoudrez chacune d'une cuillère à soupe de Parmesan râpé.

Enfournez dans le four, toujours à 180°C et laissez cuire 25 minutes.

A la sortie du four, saupoudrez chaque moitié de la butternut d'une pincée de piment d'Espelette et de persil ciselé.

TEMPS DE PRÉPARATION : 20MN

TEMPS DE CUISSON : 1H30MN

TEMPS TOTAL : 1H50MN