



Courge Butternut & Yaourt

Recette Visuelle
par DAREBEE
© darebee.fr

1 entière ~ 500g de courge butternut
1 tasse ~ 200ml de yaourt végétal

AMÉLIORER : Ajouter des oignons nouveaux
et des graines de courge.

2 PORTIONS



INSTRUCTIONS

1. Éplucher et couper la courge butternut en dés. Transférer sur une plaque à pâtisserie tapissée de papier sulfurisé, disposer en une seule couche et assaisonner à votre convenance. Préchauffer le four à 200°C (th. 6-7). Rôtir la courge au centre du four pendant 20 minutes ou jusqu'à ce qu'elle soit bien tendre.

2. Transférer dans une assiette.

3. Garnir de yaourt, d'oignons nouveaux et de graines de courge.