

CREME DE COURGE FAÇON GUACAMOLE



INGREDIENTS

500 g de courge (type butternut longue de Nice, pleine de Naples), 1 gousse d'ail, 1 avocat, 1 citron vert, 6 branches de coriandre, 2 c. à café de graines de coriandre, 1 c. à café de cumin en poudre, sel, poivre.

PREPARATION

- Enlever la peau et les graines de la courge.
- Couper la courge en cubes.
- La cuire à la vapeur ou à l'eau.
- Mixer la courge avec tous les ingrédients, un fois refroidie.
- Disposer la préparation dans des petites verrines.
- Réserver au frais 1h avant de servir.

Variante : ajouter des petits dés de tomates ou de poivrons avant de servir !

