



COURGES BUTTERNUT RÔTIES, QUINOA ET FROMAGE DE CHÈVRE

INGREDIENTS

2 courges butternut
5CS d'huile d'olive
cumin
cannelle
garma massala
1 oignon rouge
1 gousse d'ail
100g de quinoa
400ml de bouillon de
légumes
1 chèvre en buchette

Préchauffer le four à 220°.

Laver les courges, les couper en 2 (à la scie !!!!), retirer le cœur avec les graines. Faire des croisillons au couteau dans la chair, répartir 4CS d'huile d'olive et des épices style cumin, cannelle, garam masala... enfourner 40min.

Éplucher l'oignon rouge et la gousse d'ail, ciseler finement et faire revenir avec un peu d'huile d'olive dans 1 casserole. Faire dorer 10min, ajouter le quinoa, le bouillon de légumes et laisser cuire jusqu'à évaporation. Retirer les butternuts du four, remplir les cavités de quinoa. Répartir des tranches de bûche de chèvre par-dessus et enfourner sous le grill quelques minutes pour faire dorer. Déguster.