



Potimarron

 ou *Potiron japonais d'Hokkaido*.

 Cousin des citrouilles courantes par son aspect, il en est complètement différent par son goût et sa valeur nutritive. Nos ancêtres l'appelaient le “pain des pauvres”.

 C'est un légume très savoureux, sucré, à la chair parfumée, à la consistance aussi épaisse que celle des châtaignes, vite préparé et se conservant plusieurs mois dans une armoire.

Mousseline

Pour 4 personnes

Mettre dans une casserole ou une cocotte 1 kg de potimarrons coupés en cubes de 2 à 4 cm (laisser la peau qui est très fine et comestible), 2 oignons coupés en morceaux, une pincée de thym, une feuille de laurier, sel et poivre. Recouvrir d'eau (juste à fleur). Cuire env. 20 minutes à feu moyen. Passer à la moulinette ou au mixer, c'est prêt!

Soufflé

Pour 4 personnes

Cuire comme pour la mousseline, égoûter, passer à la moulinette, puis mélanger avec 2 oeufs, beurre, sel, lait. Ajouter du lait jusqu'à la consistance d'une crème épaisse. Dans un plat assez haut, intercaler 2 ou 3 couches de cette préparation avec 2 ou 3 couches de gruyère rapé. Cuire à four chaud env. 20 minutes (bien doré).

Soupe

Seul, le potimarron fait une excellente soupe reconstituante, qui fait le régal des enfants. Il produit un très bon bouillon mélangé à d'autres légumes (poireaux, oignons, pommes de terre) dans une soupe traditionnelle.