

LES RECETTES DES HERBETTES

octobre 2023

COURGE AU FOUR AUX AIGUILLES DE DOUGLAS



Ingrédients :

Courge coupée en morceaux d'environ 1-2 cm
Une grosse poignée d'aiguilles de douglas fraîches ou séchées
Sel, poivre
Huile d'olive

Hacher les aiguilles de douglas dans un mixer. S'il reste quelques aiguilles entières, vous pouvez les laisser. Versez-les sur la courge, ajouter l'huile, le sel et le poivre selon votre goût.

Bien mélanger et étaler sur la plaque à cuisson couverte de papier sulfurisé.

Mettre au four à 180-200C et cuire jusqu'à la courge soit à votre goût - tout dépend de la sorte de courge.

Bon appétit !