

# Butternut au miel

---

## POK\_ Butternut au miel

### Ingrédients pour 6 personnes :

1 kg de Butternut

250 gr de miel

50 gr de graines de sésame

### Préparation:

Lavez, coupez en deux et épépinez votre Butternut.

Enlevez la peau et coupez des quartiers de 2 cm d' épaisseur environ.

Avec un pinceau, badigeonnez les quartiers de miel.

Dans un plat allant au four, laissez reposer 2 h en tournant les tranches pour que le miel s'imprègne plus facilement.

Préchauffez le four (th-7).

Ajoutez du miel sur les tranches et saupoudrez de graines de sésames.

Faites cuire 20 mn.

Servez tiède au goûter.

**Astuces:** Vous pouvez remplacer la Butternut par de la Musquée de Provence.

Vous pouvez faire ramollir le miel au micro-ondes.