

Douceur de courges



Temps de préparation : 20 mn

Temps de cuisson : 20 mn

Ingrédients pour 4 personnes :

1 courge bien mûre type Musquée de Provence ou Rouge vif d'Etampes

Préparation:

Lavez, épépinez la courge et coupez-la en petits morceaux afin de les passer à la centrifugeuse.

Récupérez le jus et filtrez-le dans un tulle.

Pour finir portez à petite ébullition.