



## Carte d'identité du Shiatsu

- **Type** : Légume
- **Famille** : Cucurbitacées Cucurbita maxima Duchesne
- **Origine** : Amérique
- **Saison** : Hiver
- **Forme** : Sphérique et côtelé
- **Couleur** : Vert
- **Saveur** : Douce et sucrée avec un léger goût de châtaigne
- **Utilisation** : Comestible

## Idées recettes :

- Potage
- Flan
- Tarte
- Gâteau

## Recettes associées

- Velouté de courge Shiatsu et crème de parmesan

## Période de commercialisation

Janv	Fevr	Mars	Avri	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Octo	Nove	Déce
Oui	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Oui	Oui