



Poêlée de butternut et potiron

Les ingrédients pour la recette :

- 450 g de potiron
- 400 g de butternut
- 30+30 g de beurre doux
- Huile d'olive
- Sel fin
- Poivre du moulin
- Curcuma

Pour 4 personnes

La réalisation de la recette :

Laver votre **butternut** et votre potiron. Couper en deux et ôter les pépins. Attention, les légumes sont durs et pas faciles à couper, alors **soyez vigilant** avec vos doigts. Commencer par ôter la peau, soit à l'aide d'un économe, soit avec un petit couteau.

Après cette **tâche pas commode**, couper en cubes les deux légumes. Il faut couper des cubes d'environ de **5 mm de côté**. Ne pas mélanger les légumes car il faut les cuire séparément. Commencer par mettre une **grande poêlée** sur un feu bien vif. Ajouter de l'huile d'olive, et quand celle-ci commence à fumer, ajouter **les cubes de butternut**. Laisser toujours sur un feu vif et les faire sauter pendant 8 à 10 minutes. **Au bout de 5 minutes, assaisonner de sel fin**, poivre du moulin et de curcuma. Ajouter une noisette de beurre. Au bout de 8 - 10 minutes, vérifier la cuisson du **butternut**.

Pour ce faire, il faut prendre entre deux **doigts un cube** et réaliser une pression sur celui-ci. Si votre cube de butternut s'écrase légèrement, stopper la cuisson et débarrasser dans un plat. Remettre la poêle sur le feu vif et renouveler l'opération avec les cubes de potiron. **Attention**, le potiron est extrêmement gourmand en huile. Quand vos potirons sont presque cuits, ajouter dans la poêle les cubes de butternut et poêler deux minutes ensemble. Vérifier l'assaisonnement et **servir sans attendre**.

Plaisir