

Butternut rôtie au chèvre fondant

Préparation 20 min cuisson 30 min

Pour 4 personnes

1 courge butternut
2 crottins de Chavignol secs
2 c. à soupe de miel
5 cl d'huile d'olive
2 c. à café de cumin, sel, poivre

le décor : 2 c. à soupe de mélange de graines 3 brins de persil

Préparation :

1. **Coupez la courge en deux.** Epluchez-la et éliminez les graines. Détaillez-la en quartiers d'environ 2,5 cm.
2. **Disposez les quartiers** dans un plat et arrosez-les avec l'huile et le miel. Assaisonnez avec le cumin, du sel et du poivre. Mélangez bien. Enfournez pour 30 min à 200°C.
3. **Retournez les quartiers** à mi-cuisson, émiettez le fromage dessus et poursuivez la cuisson. Parsemez de graines et de persil ciselé. Servez chaud.

Mini pissaladières aux sardines

Préparation : 20 min cuisson 50 min

Pour 6 petites quiches

1 grosse boîte de sardines à l'huile (ou des anchois)
750 g d'oignons
2 œufs
125 g de beurre
10 cl de crème liquide
300g de farine
12 olives noires dénoyautées
sel, poivre

Préparation :

1. Frottez entre vos mains dans un saladier la farine, une pincée de sel et le beurre bien froid découpé en petits dés. Ajoutez environ 7 cl d'eau et rassemblez rapidement en pâte. Pétrissez trois fois. Etalez et découpez 6 disques de pâte et garnissez 6 moule à tartelettes. Réservez au réfrigérateur.
2. Egouttez les sardines et réservez leur huile. Pelez les oignons. Emincez-les et faites-les cuire environ 20 min dans l'huile des sardines. Salez et poivrez.
3. Fouettez les œufs et la crème. Versez sur les oignons en mélangeant bien. Répartissez dans les tartelettes. Ajoutez les sardines en les émiettant grossièrement et garnissez d'olives.
4. Faites cuire 25 à 30 min dans le four chauffé à 180°C. Servez tiède ou à température ambiante.