

Verrines de potiron confit aux épices



Préparation : 20 mn

Cuisson : 30 mn

Les ingrédients pour 8 verrines de 9 cl :

800 g de chair de potiron

50 g de sucre semoule

1 orange

1/2 c à c de poivre de Sichouan

1/2 c à c de fleur de sel

1 c à s de vinaigre balsamique (en compter plus)

1 c à s de miel

Sel et poivre que j'ai rajoutés

Couper la chair du potiron en petits cubes. Prélever le zeste de l'orange et presser le jus, le mélanger avec le miel et 1 c à s de vinaigre balsamique. Mettre les cubes de potiron dans une sauteuse avec le jus de l'orange assaisonné, les zestes d'orange et le poivre de Sichouan. Saupoudrer de sucre semoule, couvrir et cuire 30 mn en remuant de temps en temps (voir conseil plus bas). Laisser ensuite refroidir et mettre dans les verrines. Saupoudrer de fleur de sel et servir à température ambiante.

Conseil : pour la cuisson je vous conseille de cuire 15 mn à couvert puis 15 mn sans couvercle pour obtenir une caramélisation du potiron. J'ai en effet pratiqué comme indiqué mais le potiron n'était pas caramélisé et j'ai du continuer la cuisson à découvert pour obtenir le résultat souhaité. Bien sur il faut surveiller. Et enfin quand les verrines sont garnies il faut rajouter un petit trait de balsamique dans chacune d'elles c'est meilleur.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>