

Curry de potimarron à la crème de coco

Ingédients pour 4 personnes :

- 1 oignon
- Huile d'olive
- 1 potimarron bio soit environ 1kg avant évidement
- 100 ml d'eau
- 1 cuillère à café de pâte de curry rouge (à ajuster selon le piquant de votre pâte de curry)
- 1 cuillère à soupe de purée de cacahuètes (ou de beurre de cacahuètes)
- 200 ml de crème de coco
- Coriandre ciselée (facultatif)
- Sel & poivre

Préparation :

Emincez l'oignon, puis faites-le revenir dans une sauteuse avec un peu d'huile d'olive.

Lavez bien le potimarron, coupez-le en deux et évidez-le de ses graines.

Coupez-le en cubes (pas besoin d'éplucher les potimarrons bio !).

Ajoutez les cubes à la sauteuse avec 100 ml d'eau, laissez mijoter à feu moyen.

Lorsque les cubes de potimarron commencent à fondre dans la sauteuse, ajoutez le curry, la purée de cacahuètes et la crème de coco.

Laissez mijoter 5 minutes à feu doux.

Ajoutez la coriandre ciselée, le sel et le poivre.

Mélangez et servez avec du riz.

<http://philomavie.blogspot.com>