LA BELLE VIE | Tous les ingrédients pour passer derrière les fourneaux

Potimarron farci

Pour 4 personnes | Très facile

70 min | 2.85€ La portion (prix indicatif)

Point besoin de contenant. C'est le potimarron qui va jouer ce rôle en plus de vous régaler.
Suggestion pour pimper la recette. Vous pouvez facilement la détourner en version 100% végétale. Remplacez simplement les chipolatas par un équivalent de saucisses/chipos vegan.
Facultatif : 1 càs de vin blanc

Les ingrédients

- **200 g** de Saucisse chipolata
- **1 tige** de Céleri branche
- **3 gousse** de Ail
- **25 g** de Noix de Pécan
- **40 g** de Cranberrie séchée
- **1 pièce** de Pomme rouge et bicolore
- **30 g** de Pousse d'épinard
- **850 g** de Potimarron orange ou vert

Étapes de préparation

Préparation : 20 min | **Cuisson :** 50 min | **Attente :** 0 min

1. Préchauffez votre four à 180°C en chaleur tournante. Préparez une plaque de cuisson recouverte de papier aluminium.
2. Placez 25 g de noix de pécan sur la plaque et enfournez pendant que le four préchauffe. Vérifiez au bout de 5 minutes si elles sont bien dorées en en cassant une.
3. Lavez 1 gros potimarron.
   Astuce : frottez-le dans un bain d'eau froide avec du bicarbonate de soude.
   Coupez le chapeau. Si besoin, entaillez la chair pour atteindre le centre avec les pépins.

Mettez la chair en surplus de côté, on l'utilisera pour la farce.
Enlevez les pépins. Salez et poivrez l'intérieur.

4. Si ce n'est pas déjà fait, sortez du four la plaque avec les noix de pécan. Mettez de côté les noix de pécan, et placez le potimarron sur la plaque, face coupée vers le bas. (Ne faites pas cuire le chapeau avec.)
Faites-le cuire 20 minutes au milieu du four.

5. Pendant ce temps, préparez les légumes :
- coupez en petits dés 1 oignon et 1 branche de céleri (la partie sans les feuilles)
- hachez 3 gousses d'ail (mettez-les avec l'oignon et le céleri)
- hachez finement les feuilles d'1 brin de sauge et de 2 brins de romarin
- hachez les noix de pécan (mettez-les avec les 40 g de cranberries)
- épluchez et coupez la pomme en dés d'env. 7 mm d'épaisseur (mettez-les avec les cranberries et pécan).

6. Faites chauffer une poêle à feu moyen.
Une fois qu'elle est bien chaude, ajoutez 200 g de chipolatas.
Émiettez-les avec une spatule. Faites revenir quelques minutes pour cuire la farce à moitié.

7. Ajoutez les légumes coupés, et les morceaux de potimarron si vous en avez.
Faites revenir à feu doux entre 5 et 7 minutes, en mélangeant de temps en temps.

8. Après 5 minutes, les légumes sont fondants et commencent à peine à dorer, et la viande est cuite. Ajoutez les herbes hachées, les épinards et (facultatif) 1 càs de vin blanc.
Mélangez jusqu'à ce que les épinards soient cuits.

9. Éteignez le feu. Ajoutez les cranberries, la pomme et les noix de pécan.
Goûtez et salez si besoin, cela dépendra des chipolatas utilisées.

10. Le montage : sortez le potimarron du four. Vous pouvez tester avec une pointe de couteau.
La chair est cuite à 75% (il y a une résistance en s'approchant de la peau).
Remplissez le potimarron avec la farce en tassant si besoin.
Fermez avec le chapeau.

11. Faites cuire au moins 25 minutes.
Vérifiez la cuisson avec une pointe de couteau. Vous ne devez rencontrer aucune résistance et la chair doit être fondante.

12. Laissez refroidir 5 minutes minimum à la sortie du four puis servez avec une salade verte bien vinaigrée en assaisonnement.