


SALADE DE COURGE, SARRASIN SAUTÉ ET FROMAGE DE CHÈVRE

Préparation	15min
Cuisson	5min
Repos	30min
Total	50min
Part(s)	4 personnes
Difficulté	



Ingrédients :

600 g de courge butternut	1 pincée de cannelle moulue FUCHS
2 cuillères à soupe d'huile de colza	40 g de sarrasin
1 cuillère à café de jus de citron	1 cuillère à café de sirop d'érable
1 cuillère à café de vinaigre de vin blanc	½ cuillère à café d'estragon FUCHS
1 cuillère à café de moutarde de Dijon	1 cuillère à d'huile d'olive
1 cuillère à café de sirop d'érable	80 g de fromage de chèvre
¼ cuillère à café de sel	1 cuillère à café de baies roses FUCHS
1 pincée de cumin moulu FUCHS	

Préparation :

1. Éplucher la courge et éliminer les pépins. À l'aide d'un économe, tailler la chair en très fines lamelles. Préparer une marinade avec l'huile de colza, le jus de citron, le vinaigre de vin blanc, la moutarde de Dijon et 1 càc de sirop d'érable. Assaisonner avec le sel, le cumin et la cannelle. Verser sur les lamelles de courge et laisser mariner 30 minutes.
2. Pendant ce temps, faire chauffer dans une poêle 1 cuillère à café de sirop d'érable et 1 cuillère à café d'huile d'olive. Ajouter le sarrasin et l'estragon, bien mélanger et faire sauter env. 5 minutes. Laisser refroidir sur du papier cuisson.
3. Écraser les baies roses au mortier. Rouler la buche de fromage de chèvre dans le concassé de baies rose et la découper en rondelles. Dresser la courge sur les assiettes, puis garnir de sarrasin sauté et de fromage de chèvre. Selon l'envie, parsemer d'aromates frais.

