



RESEAU COCCAGNE

# Feuille de Chou 394

## Semaine 37



### Contenu du panier

TOMATE CHOU FLEUR SALADE  
POMME DE TERRE « DESIREE » RADIS ROND



### Fête de la Courge

Bonjour à tous, c'est un merveilleux dimanche que nous avons vécu tous ensemble à la ferme du Roucheux le week end dernier, les exposants, agriculteurs, associations, bénévoles, cuisiniers, artistes, et le soleil étaient bel bien présent pour la dixième édition de la Fête de la Courge !

Vous étiez 4000 visiteurs, petits et grands à avoir partagé ce grand moment de convivialité.

Un grand merci aux nombreux bénévoles qui se sont mobilisés dans la semaine et le week-end, contribuant ainsi à la réussite de cette journée !

Si vous voulez découvrir ou redécouvrir les saveurs des repas entièrement réalisés à base de Courges pour la Fête, nous vous transmettons les secrets de nos chefs *Cuisinurcubitacés* d'un jour ! Alors à vos fourneaux et bon appétit !

### Gâteau Pâté-noix de coco

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- 300g de purée de patidou</li><li>- 75g de farine</li><li>- 3 œufs</li><li>- 170g de sucre</li><li>- 150g de noix de coco</li><li>- 1 sachet de levure</li><li>- 100g de beurre</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Faire cuire les courges et réduire en purée.</li><li>- Battre les œufs et le sucre.</li><li>- Ajouter la farine, levure, beurre, purée de courge et noix de coco.</li><li>- Verser la préparation dans un moule beurré (th 6-7/ 180 °) pendant 45 minutes environ.</li></ul> |
|--|--|

LES JARDINS DE CONTRAT « Roucheux »

37530 MONTREUIL EN TOURAINÉ

Tél. : 02.47.30.05.56

Site Internet : [www.jardinsdecontrat.fr](http://www.jardinsdecontrat.fr)

eMail : [infos@jardinsdecontrat.fr](mailto:infos@jardinsdecontrat.fr)

# Recettes de la fête de la Courge

## Cake oignons

- 300g de purée de potimarron
- 100g de gruyère
- 100g de farine
- 3 œufs
- 100 ml de lait
- 65g de beurre
- 1 sachet de levure
- 2 oignons
- 1 cuillère d'herbe de provence

- Faire préchauffer le four à 200°C (Th 6-7).
- Emincer les oignons et les faire fondre à la poêle dans une noisette de beurre.
- Pour la pâte à cake : battre le beurre ramolli avec les œufs. Ajouter le potimarron, le lait, la farine, la levure. Bien mélanger.
- Ajouter le mélange les oignons et le gruyère.
- Beurrer un moule à cake et y verser le mélange.
- Cuire environ 45 min. A déguster tiède ou froid.

## Courge Spaghetti à la sauce tomate

- 1 courge spaghetti
- 1 oignon
- 600g de tomates
- 1 poivron
- 1 branche de céleri
- 12 gousses d'ail
- huile d'olive
- sel, poivre
- persil, basilic, thym

Faire cuire la courge spaghetti entière dans l'eau après avoir pris soin de la piquer pendant 40 minutes.

Couper la courge en deux et retirer les graines et les fibres du milieu.

Détacher la chair en fins spaghettis.

Préparer une sauce tomate : tomates, poivron, ail, oignons, persil, basilic, sel, poivre et huile d'olive. Faire un fagot avec le thym et la branche de céleri (que l'on retirera en fin de cuisson).

Mixer la sauce.

Mélanger les spaghettis au mélange et laisser mijoter 10mn. Servir avec du gruyère râpé.

## Marinade de courgettes

- 400g de courgettes
- 2 c à c de jus de citron
- ½ gousse d'ail
- 4 c à s d'huile d'olive
- 20 feuilles de menthe

- Râper les courgettes.
- Mélanger le citron, l'ail, l'huile, le sel, le poivre et les feuilles de menthe ciselées.
- Ajouter la marinade aux courgettes et mettre au frais.

## Crème poti-choco

- 500g de potimarron
- 100g de sucre roux
- 100g de beurre
- 100g de chocolat à cuire

- Faire cuire la courge en morceau avec 3 jolies branches de menthe ou de verveine et réduire en purée.
- Travailler le beurre ramolli et l'ajouter à la purée de courge tiède, bien mélanger le tout.
- Incorporer le sucre puis le chocolat fondu. On obtient alors une crème lisse.
- Placer au réfrigérateur avant de servir.

### Conseils et recommandations :

*Ne pas éplucher les courges, la peau est riche en vitamines. Les couper en deux et enlever les graines puis faire cuire dans l'eau bouillante. Si vous les faites cuire entières, piquez-les afin d'éviter tout risque d'explosion !*