Crumble et gratins de légumes

Crumble de potiron

1h25	15 min	1h10	0	428
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation du potiron

1. Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
2. A l'aide d'un couteau, éplucher le potiron, retirer les filaments si nécessaire ainsi que les graines. Couper la chair en cubes de même taille afin de favoriser une cuisson. Émincer l'oignon.
3. Disposer le tout dans le plat, ajouter l'huile, la noix de muscade et mélanger.
4. Verser l'eau et faire cuire pendant 45 minutes environ, jusqu'à ce que le potiron soit tendre.

Étape 2

Préparation de la pâte à crumble

1. Pendant ce temps, émietter du bout des doigts la farine, la poudre de noisette, le parmesan râpé avec le beurre froid coupé en dés.
2. Malaxer le tout de façon à obtenir une sorte de gros sable. Il ne faut surtout pas obtenir une pâte homogène, c'est le secret d'un crumble réussi.

Étape 3

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le crumble

- 1 kg **Potiron(s)**
- 1 **Oignon(s)**
- 2 c. à soupe **Huile d'olive**
- 50 ml **Eau**
- 50 g **Lardon(s)**
- 1 **Noix de muscade en poudre**
- 3 c. à soupe **Persil plat**
- 1 c. à soupe **Crème fraîche épaisse**
- 60 g **Beurre**
- 60 g **Farine complète**
- 40 g **Parmesan**
- 40 g **Noisette(s) en poudre**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**

Cuisson et dressage du crumble

1. Préchauffer le four à 200°C (Th.6/7).
2. Dans une sauteuse, faire revenir les lardons avec le persil émincé pendant quelques minutes.
3. Une fois le potiron cuit, l'écraser grossièrement à la cuillère ou à l'aide d'une fourchette. Ajouter la crème fraîche épaisse et les lardons. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire avec du sel et du poivre.
4. Recouvrir ce mélange avec la pâte à crumble. Enfourner pendant 25 minutes jusqu'à ce que le dessus soit bien doré.
5. Servir tiède.