

Salade de roquette à la courge grillée et sa sauce aux canneberges

Tu peux utiliser de la butternut, courge poivrée, potiron, potimarron ...

Recette pour 6 personnes

125 g de roquette (jeunes pousses)

1 kilo de courge

2 C à soupe d'huile d'olive

½ C à café de sel

¼ C à café de poivre

3 C à soupe de graines de courge

1 C à soupe de canneberges sèches

sauce

2 C à soupe de canneberges sèches

4 C à soupe d'huile d'olive

3 C à soupe de vinaigre balsamique

¼ C à café de sel

Préparation

Préchauffe ton four à 220°C (fonction grill, si tu l'as).

Découpe ta courge en dés de 2 cm de côté. Mets les sur une plaque qui va au four, arrose avec 2 C à soupe d'huile d'olive, ½ C à café de sel et ¼ C à café de poivre. Mélange bien et enfourne pour 35 minutes. Si tu utilise la fonction grill, place ta plaque à 15 cm du haut du four, et surveille à mi-cuisson pour voir si tu dois baisser ta plaque ou non (ça dépend de la nullité de ton four, le mien est moyennement nul, donc j'ai dû monter encore ma plaque).

Pendant que la courge fait bronzette dans le four, prépare la sauce. Mets tous les ingrédients de la sauce dans un blender, et mixe jusqu'à obtenir une pâte un peu liquide.

Quand la courge est grillée, laisse la refroidir à température ambiante. Quand elle est bien froide (elle refroidit vite, car elle a perdu beaucoup d'eau), tu peux assembler la salade. Dans un saladier mélange la sauce avec la roquette. Ensuite dispose la roquette assaisonnée dans une grande assiette ou un plat (plat), puis parsème de dés de courge grillée, ensuite de canneberges sèches puis de graines de courge. Sers immédiatement.

