

Gratin de pâtisson et quinoa

DÉLICIEUX

Epater vos amis

Humm !



Original EXQUIS

Gratin de pâtisson
et quinoa

Préchauffez votre four à 200°C. Epluchez et coupez le pâtisson en dés, émincez l'oignon. Faites revenir dans une poêle avec de l'huile d'olive les dés de courges et l'oignon pendant 20 minutes à feu doux. Faites cuire le quinoa : rincez-le et faites-le cuire dans 2 fois son volume d'eau froide salée. Lorsque l'ébullition apparaît, couvrez et laissez cuire 15 minutes. Egouttez et mélangez dans la poêle avec le pâtisson. Battez les oeufs et la crème liquide, salez et poivrez, et ajoutez une pincée de cumin. Beurrez le moule à gratin, versez le mélange quinoa/pâtisson, et ajoutez les oeufs et la crème battue. Assaisonnez. Enfournez pendant 40 minutes.

Bon appétit !



& Nous Paysans Bio

MES INGREDIENTS BIO ↙

350gr de pâtisson
150gr de quinoa cru
1 oignon
2 càs d'huile d'olive
20 cl de crème liquide
3 oeufs
Cumin
Sel
Poivre

