

FICHE DE RECETTE

Crème de butternut

Type de recette	sauce aux légumes
Nombre de portions	4
Temps de préparation	30 min
Prix / Portion (HT) :	0,55

INGREDIENTS

PRODUIT	QUANTITÉ	UNITÉ
Lait	50	CL
Farine	40	GR
Beurre	40	GR
Butternut	500	GR
Oeuf	1	PCE
Fromage	50	GR
Poivre		
Sel		
Muscade		

DESCRIPTION DE LA RECETTE

1. Laver, parer puis détailler le butternut en cubes de 1 cm de côté (la peau peut être conservée).
2. Cuire le butternut à la vapeur 15 à 20 minutes (doit être suffisamment mou).
3. Réaliser une purée fine et réserver.
4. Réaliser un roux avec le beurre et la farine, ajouter le lait chaud, le jaune d'oeuf, le fromage et la muscade.
5. Une fois la sauce mornay réalisée, ajouter la purée fine de butternut, bien mélanger.
6. Rectifier l'assaisonnement.

Les "+++ " pour la durabilité

valorisation de légumes de saison

végétalisation d'une sauce "classique"



