

FICHE DE RECETTE

Sauce fromagère au potimarron

Type de recette	Sauce
Nombre de portions	5
Temps de préparation	
Prix / Portion (HT) :	

INGRÉDIENTS

PRODUIT	QUANTITÉ	UNITÉ
Lait	70	Cl
Farine	40	GR
Beurre	40	GR
Potimarron	0,5	kg
Fromage(s)	120	Gr
Poivre		
Muscade		
Sel de céleri		

DESCRIPTION DE LA RECETTE

1. Parer puis détailler le potimarron en cubes de 1 cm de côté.
2. Cuire le potimarron 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 et laisser cuire doucement en remuant sans arrêt. Ajouter le fromage, le sel de céleri, le poivre et la muscade.
5. Une fois la sauce mornay réalisée, ajouter la purée fine de potimarron, bien mélanger.
6. Rectifier l'assaisonnement.

Servir avec des pâtes complètes ou intégrer dans une lasagne.

Les "+++ pour la durabilité

intégrer des légumes (fibres et minéraux) dans un plat traditionnel



