

# La popotte d'Eugénie

Rendez-vous dans ma cuisine



## Polenta au Potiron

Le 22 octobre 2008

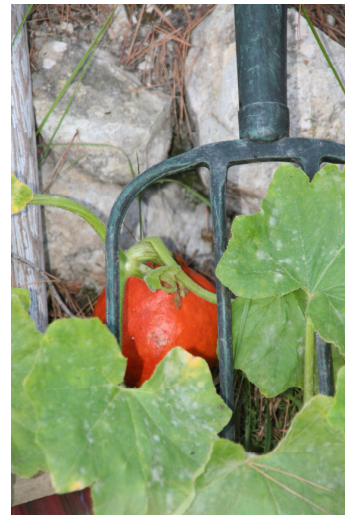
1

J'aime les courges !

Celles d'été, plus souvent courgettes, mais également celles d'hiver et leurs couleurs orangées soutenues et leurs peaux épaisses et résistantes.

Votre panier pour 4 personnes :

500 gr de Potimarron  
2 oignons  
250 gr de Polenta  
2 l de bouillon de légumes  
Huile d'olive  
Beurre  
Sel & Poivre  
Romarin  
Vin blanc sec



Voici un plan que j'accompagne généralement d'une viande blanche.

Tout d'abord, la phase la plus périlleuse pour vos doigts, pelez et coupez en petits morceaux réguliers votre potimarron.

Pelez et hachez finement vos oignons.

Faites revenir dans l'huile d'olive vos oignons et votre potimarron, puis ajouter pour commencer 250 ml de bouillon de légumes pour commencer la cuisson et laissez mijoter à feu moyen pendant environ 20 minutes. Pour les 10 dernières minutes ajustez votre assaisonnement en sel et poivre.

Hachez finement votre romarin et ajoutez-le à votre préparation.

Si besoin ajouter du bouillon au cours de la cuisson si vous le jugez nécessaire. Au terme de la cuisson il ne devra plus rester de liquide dans votre sauteuse.

En parallèle lancez la cuisson de votre polenta, en suivant les instructions indiquées par la marque que vous aurez choisie et le type de cuisson (prête en 5 minutes, 10 ou classique). Cependant remplacez le liquide indiqué par du bouillon de légumes et n'hésitez pas à en mettre un peu plus afin que votre Polenta soit « crémeuse ».

Si vous la préférez « sèche », après l'avoir fait prendre dans un moule à cake, tranchez là et portions que vous ferez revenir à la poêle avant de servir.

Débarrassez votre sauteuse de vos légumes et déglacez-la avec un peu de vin blanc sec, puis liez la sauce avec une noix de beurre.

*Cette recette vous a été proposée par La Popotte d'Eugénie  
J'espère qu'elle vous réglera, merci pour votre visite et à très bientôt !*

Il ne vous reste plus qu'à dresser dans votre assiette, en commençant par la polenta, que vous recouvrirez de Potimarron et ajoutez pour finir une cuillerée de la sauce.

2



Eugénie

*Cette recette vous a été proposée par La Popotte d'Eugénie  
J'espère qu'elle vous réglera, merci pour votre visite et à très bientôt !*