



Des recettes d'automne...

Purée de butternut au sirop d'érable

Une recette toute douce qui nous vient du Canada et que vous pouvez donner à votre bébé à partir de 8 mois (mais les plus grands adorent aussi !).

Ingrédients pour deux portions de 200 gr : 400 gr de butternut – 2 cuillères à café de beurre – 1 cuillère à café de sirop d'érable.

- Couper la courge en deux et enlever le centre avec les pépins. La peler et la couper en morceaux.
- Mettre la courge à cuire dans le cuiseur-bébé ou dans un panier vapeur. On peut aussi la cuire dans une casserole avec un fond d'eau. Laisser cuire 20 à 30 mn.
- Mixer ou écraser la courge, et ajouter le beurre et surtout... le sirop d'érable. Il donnera un petit goût sucré et boisé à cette jolie purée que vous pourrez servir avec du jambon.



La purée rose

Celle-ci est toute simple...

Ingrédients : 3 pommes de terre pour purée (type Agata) – une belle et bonne betterave cuite (de chez le maraîcher... c'est meilleur !) – un peu de lait – du persil.

- Eplucher les pommes de terre et les couper en morceaux. Les mettre à cuire dans une casserole d'eau.
- Pendant ce temps, peler la betterave et la couper en dés.
- Passer les pommes de terre et les mettre avec la betterave dans le moulin à légumes (ou dans le mixer). Réduire en purée.
- Ajouter un peu de lait et préparer une belle assiette parsemée de persil. Voilà une encore une jolie purée légèrement sucrée.

Fondant à la crème de marrons



Un délicieux petit goût de marron qui rappelle les balades automnales en forêt...

Ingrédients : 500 gr de crème de marrons - 80 gr de chocolat noir - 3 œufs - 50 gr de beurre + pour le moule

- Préchauffer le four à 160°
- Battre les œufs dans le saladier. Ajouter la crème de marrons et mélanger.
- Faire fondre le beurre et le chocolat dans une casserole à feu doux. Les incorporer au mélange précédent.
- Verser dans un moule à cake beurré.
- Enfourner et laisser cuire 30 à 40 mn en couvrant d'une feuille d'aluminium à mi-cuisson.
- On peut servir accompagné d'une crème anglaise ou d'une boule de glace vanille.

Gâteau à la citrouille



Ingrédients : 300 gr de citrouille - 4 œufs - 200 gr de sucre - 75 gr de beurre - 250 gr de farine T45 - 1 sachet de levure chimique - 1 pincée de sel.

- Peler la citrouille et la couper en morceaux. La faire cuire à la vapeur pendant 20 mn. Puis la réduire en purée.
- Préchauffer le four à 180°C. Dans un saladier, battre les œufs avec le sucre jusqu'à ce qu'ils blanchissent.
- Ajouter le beurre fondu, mélanger puis incorporer la purée de citrouille.
- Bien mélanger puis ajouter la farine et la levure. La pâte doit être bien lisse.
- Verser la pâte dans un moule beurré et fariné, puis enfourner le tout pendant 40 mn à 180°C.