

Soupe de courge gratinée au pecorino et à la sauge



“ Cette soupe réconfortante, d’autant plus qu’elle a été servie dans un service avec couvercle pour soupes gratinées qui appartenait à mes parents, a été publiée dans le livre Gratins de la collection 750 g de Plaisir aux Éditions Solar en 2011. Cette fois-ci, j’ai utilisé une nouvelle courge que j’ai récoltée au jardin, la buttercup. C’est une courge verte foncée, ronde et aplatie sur le dessus dont la chair orangée est très ferme et très sucrée. Je vous propose aussi une autre alternative... la servir dans un potimarron vert ou orange ! ”

Les Ingrédients :

(Pour 4 personnes) :

- 500 g de chair de [courge](#) (ici une courge [buttercup](#))
- 1 [pomme de terre](#)
- 1 petit [oignon](#)
- 4 à 5 branches de [sauge](#)
- 750 ml d’eau (ou de bouillon de volaille ou de légumes)
- 75 à 100 g de pecorino (ou de parmesan)
- 4 à 8 tranches de pain sec
- 1 c. à soupe d’huile d’olive
- 5 g de beurre clarifié
- Muscade râpée
- Sel et poivre

Alternative...

- 4 à 8 petits [potimarrons](#)
- 1 pincée de bicarbonate de soude
- Sel

Les Étapes :

Coupez la courge (ici une courge [buttercup](#)) en deux. Épépinez-la. Conservez les graines pour en faire des [graines de courges séchées au sel](#). Épluchez-la et prélevez 500 g de chair que vous couperez en cubes.

Épluchez la pomme de terre et l’oignon que vous couperez grossièrement en cubes.

Dans une grande poêle anti-adhésive, versez un filet d’huile d’olive et déposez-y le beurre. Chauffez doucement et ajoutez la chair de courge. Enduisez les cubes d’huile et de beurre et faites-les cuire quelques minutes à feu modéré en mélangeant régulièrement. Ajoutez l’oignon et faites cuire encore quelques minutes. Mouillez les légumes d’eau (ou de bouillon de volaille ou de légumes). Ajoutez la pomme de terre. Déposez deux belles branches de sauge dans le bouillon. Salez et poivrez. Couvrez et laissez cuire au moins 30 minutes à feu doux. Une fois la pomme de terre et la chair de courge cuites, retirez les branches de sauge puis mixez. Rectifiez l’assaisonnement. Laissez cuire à découvert une quinzaine de minutes afin d’épaissir la soupe.

Répartissez la soupe dans 4 plats à gratins. Répartissez-y les tranches de pain, le

pecorino tranché (ou le parmesan), 4 à 8 feuilles de sauge émiettées et la noix de muscade râpée. Poivrez.

Enfournez 10 minutes à 210°C dans le haut du four.

Une variante... Faites blanchir 4 à 8 petits potimarrons dans une eau salée bouillonnante additionnée d'une pincée de bicarbonate de soude pendant 5 minutes. Coupez le chapeau de potimarrons. Répartissez la soupe dans les potimarrons évidés de leur graines. Répartissez le pain, le fromage, la sauge, la muscade, assaisonnez. Couvrez du chapeau et faites cuire 15 à 30 minutes à 180°C. Enlevez le chapeau et faites gratiner à 220°C quelques minutes.

Et Que Dire De Plus ?

→ Cette recette a été publiée dans le livre intitulé [Gratins de la collection 750 g de Plaisir aux Éditions Solar en 2011](#).

→ Ajoutez des languettes de jambon cru avant de gratiner... ça ajoutera un petit côté salé croquant très agréable. Par contre, réduisez la quantité de sel!

→ Afin d'éviter que le fromage ne sèche trop, arrosez le fromage d'un filet d'huile d'olive avant de passer la soupe au four!

→ Remplacer la courge [buttercup](#) par toute autre [courge](#).

→ Conservez les graines de courges pour en faire des [graines de courge séchées au sel](#)... super pour l'apéro!