

Potimarron rôti à l'ail, aux 4 épices et au sirop d'érable



“ Je vous présente la dernière recette à base de potimarron de l'année. Ben oui, c'était le dernier conservé à la cave, un de ceux que j'ai cueilli au jardin. Une recette avec du sirop d'érable... un avant goût de mon prochain et imminent voyage au Québec... un petit retour aux sources pendant le mois d'avril.”

Les Ingrédients :

(Pour 4 personnes) :

- 1 [potimarron](#)
- 4 gousses d'[ail](#)
- 1 bouquet de [coriandre](#)
- 4 c. à soupe de sirop d'érable
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à thé de 4 épices
- Sel et poivre

Les Étapes :

Brossez le potimarron dont la peau est comestible. Coupez-le en deux, retirez les graines et coupez la chair en morceaux. Épluchez les gousses d'ail.

Déposez l'ail et les morceaux de potimarron dans un saladier. Enduisez-les des 4 épices, de sirop d'érable et d'huile d'olive. Mélangez.

Déposez le mélange dans un plat à gratin. Enfournez de 30 à 45 minutes à 180°C (idéalement en chaleur tournante).

Retirer du four. Assaisonnez.

Effeuillez la coriandre et déposez sur les légumes juste avant de servir.

Et Que Dire De Plus ?

→ Cette recette a été puisée dans le livre de Delphine de Montalier, Les petits légumes, publié aux éditions Marabout en 2009 (ISBN : 978-2-501-04816-3).

→ Ce plat de légumes cuisinés a été servi avec de l'excellent jambon forêt noire de la [Ferme Durr](#).

→ Afin d'uniformiser la cuisson, utilisez un plat à gratin suffisamment grand pour y étaler les morceaux de potimarron en une seule couche.