



4 pers.



10 min

(+20/30 min de cuisson préalable des courges)

PÂTE À TARTINER CHOCOLAT/ COURGE

Ingrédients



300 g de courge cuite



4 c. à soupe de miel ou sucre



70 g de cacao en poudre



30 g de purée d'amandes



20 g de poudre de noisettes

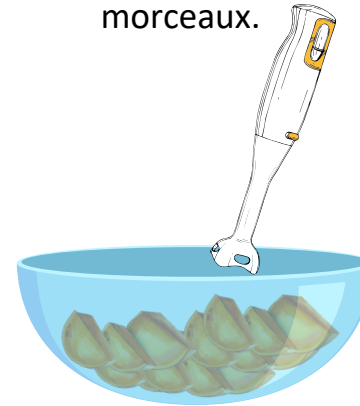


Épices au choix (cannelle, muscade...)

Préparation

1

Mixer la courge cuite jusqu'à l'obtention d'une crème sans morceaux.



2

Ajouter le cacao, le miel, la purée d'amande et la poudre de noisettes. Mixer le tout pour obtenir un mélange homogène.



3

Ajouter les épices selon vos goûts !

