

 6 pers.

 20 min



COMPOTE

COURGE/CANNELLE

Ingrédients



2 pommes



300 g de chair de
courge (butternut,
potimarron,...)



1 c. à soupe de miel



1 bâton de cannelle

Préparation

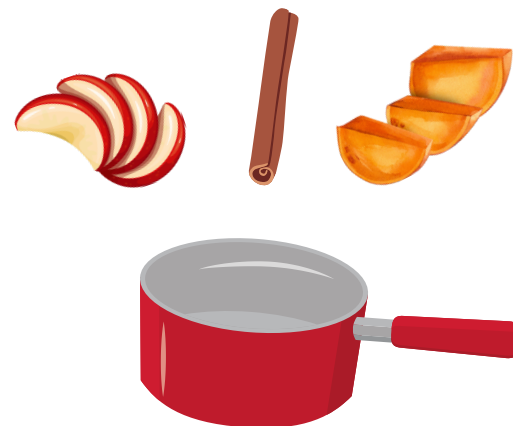


1

Laver et éplucher les pommes et la courge.

Découper les en petits morceaux pour les cuire à l'eau.

Ajouter le bâton de cannelle à la cuisson pour qu'il infuse bien.



2

Une fois cuit, mixer les pommes et les morceaux de courge .
Ajouter le miel.

Il est possible d'ajouter d'autres épices comme la
cardamome , la vanille,...

