

Justine ROUCHE
DIÉTÉTICIENNE
NUTRITIONNISTE
29 boulevard Chanzy
08200 SEDAN
07.81.75.48.54
rouchejustine@gmail.com



Potiron rôti au four



Cuisson **1h 15 minutes**

Pour **2 personnes**

Ingrédients

- 500 g potiron
- 2 gousse d'ail
- 2 càs huile d'olive
- 1 branche de thym
- 20 g noix
- Sel, poivre

Préparation

1. **Préchauffer** le four à 180°C
2. **Eplucher et tailler** le potiron en cubes
3. Dans un plat adapté, **déposer les cubes de potiron** et les gousses d'ail épluchées
4. **Saler et poivrer**
5. **Enfourner** 45 min à 1 h
6. **Parsemer** de cerneaux de noix