Pâte de potiron

Bonjour à tous et toutes,

Nous allons discuter idée-recette aux légumes aujourd'hui, une idée qui se veut amusante. Revisiter la courge pour régaler vos gourmands pour Halloween vous tenterait ?

Tous les ans, j'apprécie de pouvoir un peu « mettre l'ambiance » au bureau en ramenant des bonbons pour Halloween. L'espace d'une seconde, cela fait sourire et oublier les tracas. Cependant, d'un point de vue écologique, ayants en plus de difficultés avec les bonbons sur-emballés individuellement, j'ai réfléchi à une alternative gourmande mais ***zéro déchet***.

Pour (re)venir au zéro déchet, il suffit souvent de (re)venir aux **recettes anciennes**. Côté confiserie, quoi de plus ancien que les **pâtes de fruit réalisées naturellement** avec simplement des fruits, du sucre, de la patience. L'idée d'une pâte de fruit « Halloween-esque » m'a de suite séduite, en y incorporant bien évidement… de la courge ! Pour être exacte, il faut même plutôt utiliser de la courge en base puis y introduire de la pomme pour assurer la densité de texture. Pour sécuriser la gélification, le sucre à confiture (avec gélifiant) dédié était tout adapté.J'ai tenté une première plaque de *« crash test »* pour la maisonnée et le résultat à séduit tout le monde. La tenue est tout à fait correcte. En saveur c'est bon, c'est bien sucré, cela a un petit goût de potiron bien amusant. Un vrai petit bonbon. Validée par la famille, la recette a itérée le week-end suivant pour une quarantaines de goulus. Au travail, tout le monde c'est régalé.

Halloween arrivant, je vous partage la recette de cette pâte de potiron. Le temps de séchage étant d'une semaine, vous avez tout à fait le temps de la réaliser pour Halloween… ou plus !

Bon week-end !

- PÂTE DE POTIRON -
(PÂTE DE COURGE)
© Au Fil du Thym

Pâte de potiron (Pâte de fruits à la courge)

Une amusante recette de Pâte de potiron (ou Pâte de fruits à la courge) tout orange et savoureuse. Un délicieux bonbon pour Halloween.

Saison : Mi Septembre – Mars

Pour 2 plaques de cuisson four 30×40 cm :

- 1.7-1.8 kg de potiron non épluché (ou de courge musquée (soit environ 1.5kg épluché))
- 2 pomme ((bio, avec la peau))
- 1.5 kg de sucre à configure ((avec gélifiant))
- 1 cuillérée à soupe de cannelle moulue (facultatif)

1. Lavez le potiron et les pommes. Épluchez le potiron, retirez les graines puis coupez-la en gros morceaux. Épluchez les pommes puis retirez le trognon et enfin coupez en gros morceaux. Si les pommes sont bio, gardez la peau, celle-ci amènera de la tenue.
2. Disposez pomme et potiron ainsi qu’un petit fond d’eau dans une grosse casserole, couvrez, puis faites chauffer. Laissez à feu moyen 10 minutes, que le potiron

commence à rendre de l’eau.

3. Découvrez, ajoutez alors le sucre, la cannelle (si vous souhaitez en mettre) puis laissez cuire jusqu’à ce que le sucre ai fondu et que le potiron et les pommes soient bien fondants et « mixables ». Une fois cet état atteint, mixez le tout finement.
4. Laissez continuer de cuire à feux doux en remuant de temps en temps jusqu’à ce que votre pâte de potiron se détache aisément des bords de la casserole quand vous la remuez. Pour indication : j’ai laissé environ une heure; mais cela dépendra fortement de la taille de votre casserole et de la puissance de votre feu.
5. Recouvrez des plaques de cuisson four avec du papier cuisson, puis versez y la pâte de courge. Tapez un peu sur la plaque pour lisser la pâte et l’homogénéiser.
6. Faites la refroidir/sécher au moins une demi-journée, puis découpez en petits morceaux.
7. Laissez encore sécher cette pâte de potiron 48h avant de proposer en dégustation

- *Variante :* Vous pouvez décliner la recette avec différentes courges : butternut, courge bleue. Évitez le potimarron qui sera probablement trop compact.
- *Du fun :* ajoutez quelques pépite de chocolat sur le dessus de la pâte (avant refroidissement)

Fruits, Goûter
Française
pâte de potiron

Pâte de potiron / pâte de courge

Découvrez aussi

D’autres amusantes recettes pour Halloween

- Galettes de courge spaghetti
- Marbré potiron et chocolat
- Mesturet au potiron

Mesturet au potiron