

## LA CITROUILLE – 3 recettes classiques

Il y a ceux qui l'aiment pour Halloween, ceux qui l'aiment pour son rôle dans Cendrillon... et ceux qui la cuisinent. La citrouille a donc un large fan club.

Pourquoi alors tant de personnes n'aiment pas le potiron dans leur assiette ?

La réponse est simple : parce qu'il est trop souvent mal cuit. Le potiron a la réputation d'être acide, et ce n'est pas sans raison. Son nom vient de l'italien citruelo, où l'on retrouve le latin citrus (citron). Il doit donc être cuit rapidement, agrémenté d'un peu de sucre. Et plutôt que le plonger dans l'eau avant de le mixer pour un potage, mieux vaut utiliser un bouillon de volaille. C'est ainsi qu'il dégagera des senteurs de truffe. 4 variétés co-existent : le potimaron, beaucoup plus sucré et idéal pour les desserts, crèmes et tartes, le rouge vif, le musca et enfin le pumpkin, moins goûteux mais de loin le plus gros et donc le plus facile à travailler en décoration.

La culture du Potiron démarre au mois de mai, le pied fleurit quelques semaines plus tard avant que le fruit ne se forme et grossisse. C'est donc au mois de septembre qu'a lieu la récolte. Les fruits récoltés peuvent être conservés sans problème plusieurs mois à température constante et modérée (13 ° environ)

En revanche, une fois entamé, il doit être consommé rapidement

### CREME DE POTIRON

<http://edenplanet.lefigaro.fr/>



500 grammes de potiron  
50 cl de bouillon de volaille  
2 cuillères de crème fraîche  
3 morceaux de sucre  
10 petits morceaux de beurre frais

Une fois le bouillon de volaille porté à ébullition, y plonger le potiron coupé en morceaux. Compter un bon quart d'heure "au sourire" (petit bouillon) avant de mixer et de passer au chinois. Ajouter la crème puis les dés de beurre frais. Emulsionner. Servir bouillant avec des croûtons frits. Décorer de pluches de cerfeuil.

**Que boire avec ?** Du blanc, un Saint Veran par exemple, Domaine des Deux Roches, ou celui qui a obtenu la Médaille d'argent 1998 du concours des grands vins de France, un Saint Veran 1997 du groupement de producteurs de Prissé-Sologny Verzé (71). Un vin de Cheverny peut également convenir



### Tarte à la citrouille

**Faire cuire un fond de pâte sablée dans un moule à tarte.** <http://gastronomie.philagora.org>

Prendre une **citrouille** (ou un potiron), la creuser. Cuire la chair coupée en morceau en cocotte.

Passer ensuite au moulin à légume, de manière à en faire une purée.

Parfumer la purée de citrouille ou de potiron avec du **sucre bien vanillé**. incorporer **4 jaunes d'oeufs**, et de la **crème fraîche**.

Faire prendre cette crème à la citrouille à four chaud 5 à 6 minutes

***Le gâteau peut se déguster à peine tiède ou rafraîchi.***

---

## ***La soupe à la citrouille***

- 1. Pour réussir une bonne soupe à la citrouille, dès l'aube, allez cueillir dans votre jardin une citrouille de taille moyenne.**
- 2. Posez-la sur la table de votre cuisine, couper la tête de la citrouille, évidez-la, coupez la chair en petits morceaux.**
- 3. Faites fondre les morceaux de la citrouille dans une marmite d'eau., de façon à recouvrir entièrement les morceaux.**
- 4. Ajoutez un zeste de sel, puis de poivre, ainsi qu'un bel oignon coupé en lamelles.**
- 5. Un soupçon de savoir-faire et le tour est joué.**
- 6. Faites monter à ébullition et laissez cuire à feu moyen pendant une demi-heure environ.**
- 7. Mixez le tout, ajoutez enfin de la crème fraîche (2 à 3 cuillères à soupe), servez chaud puis savourez.**

L'équipe des reporters

