

Courge spaghetti à la poêle



4 PERS.



45m

Difficulté



Ingrédients

1 courge spaghetti
2 oignons
100g de lardons
Crème fraîche
Fromage râpé
Sel, poivre

1- Plonger la courge dans une casserole d'eau bouillante et laisser cuire 30 minutes ou la faire cuire à la vapeur pendant 10 minutes.

2- Laisser refroidir la courge puis la couper en deux. Retirer les graines puis récupérer la chair en grattant à l'aide d'une fourchette : des sortes de spaghettis se détachent.

3- Version lardons - Faire revenir les oignons et les lardons à la poêle. Une fois cuits ajoutez les spaghettis de la courge ainsi que la crème fraîche. Laisser cuire 10 minutes.

3- Version truite fumée - Faire revenir les oignons à la poêle. Ajouter les spaghettis de la courge, la truite fumée coupée en morceaux, ainsi que la crème fraîche.

4- Assaisonnez à votre goût et ajoutez du fromage râpé (facultatif)

