

Les recettes de Tero  Loko

Courge rôtie, au miel et à l'ail



4 pour
personnes



20' préparation

40' cuisson

Niveau

FACILE

Ingrédients

- 1 courge
- 3 gousses d'ail
- 4 cui.à.soupe d'huile d'olive
- 2 cui.à.soupe de miel
- sel, poivre, thym



- 1** Pelez la courge, puis enlever les graines à l'aide d'une cuillère à soupe. Couper la chair en tranche de 2cm. Disposez les morceaux dans un plat allant au four et assaisonnez de sel et poivre.
- 2** Pelez et hachez les gousses d'ail. Mélangez-les dans un bol avec l'huile d'olive, le miel et le thym. Versez le mélange sur les morceaux de courge.
- 3** Enfournez pour environ 40 minutes, en tournant les morceaux à mi-cuisson, jusqu'à ce que la courge soit tendre et dorée !

BON APPÉTIT !

