

Gratin de courge végétalien

Ingrédients :

- 2kg de courge ou potiron bio si possible
- 100g à 150g de crème d'avoine
- 100g de tofu fumé
- un gros oignon
- 3 gousses d'ail
- sel, poivre, muscade et sucre
- huile d'olive
- chapelure bio

Eplucher le potiron et l'émincer en fines lamelles, pendant ce temps, faites revenir dans un wok l'ail, l'oignon et l'huile d'olive, puis ajouter le potiron.

Faires cuire au moins 20-25 min à couvert en mélangeant de temps en temps et éliminer le surplus d'eau du potiron si nécessaire. Ajouter le sel, poivre, un peu de muscade et un peu de sucre pour relever le goût du potiron.

Coupé le tofu fumé en cubes et ajouter au potiron.

Mettre dans un plat à gratin et écraser à la fourchette le potiron puis ajouter la crème d'avoine. Bien mélanger le tout, et ajouter la chapelure sur le dessus de la préparation.

Mettre à four chaud à 180° pendant 25-30 min environ.