



ASTUCES

FAIRE DES GRAINES DE CITROUILLE RÔTIES

Soyons honnêtes: utiliser les graines d'une citrouille demande pas mal de boulot. Si on ne se lance pas dans cette préparation seulement pour une collation, ça vaut toutefois grandement la peine si vous avez sous la main une citrouille dont vous voulez utiliser toutes les parties.

Et au final... c'est SI bon, et tellement meilleur que celles du commerce!

1. Ouvrir le dessus de la citrouille.
2. Retirer les graines et la chair qui les recouvre avec un petit couteau et une cuillère - déposez le tout dans une passoire.
3. Sous l'eau courante, séparer les graines de la chair, que vous pouvez jeter.
4. Placer les graines dans un chaudron et recouvrir d'eau. Ajouter 2 à 3 c. à table de sel et amener à ébullition.
5. Préchauffer le four à 350°F.
6. Égoutter les graines. Placer dans un grand plat allant au four et arroser d'un filet d'huile d'olive, de poivre et de fleur de sel. Mélanger pour bien enrober et mettre au four de 15 à 25 minutes en surveillant bien.
7. Retirer les graines du four lorsqu'elles sont rôties et laisser refroidir avant de savourer.