



Recettes pour cuisiner la citrouille



Carrefour
d'Initiatives Populaires
de Rivière-du-Loup

NOURRIR L'ESPOIR COLLECTIVEMENT



Sauce à egg rolls à la citrouille

16 tasses de chair de citrouille
1 tasse d'eau
3 tasses de ketchup aux tomates
7 ½ tasses de sucre blanc
1 ½ cuillère à thé de piment broyé
10 à 12 gousses d'ail hachées
2 ½ tasses de vinaigre blanc

Préparation:

Mettre la citrouille et l'eau dans un grand bol et faire bouillir 40 minutes en brassant à l'occasion. Ensuite, retirer et écraser au pilon.

Mettre tout le reste des ingrédients et faire mijoter le tout pendant 1 heure.

Retirer du feu, lorsque le tout est tiède, passer au mixeur jusqu'à l'obtention d'une sauce crémeuse lisse.

Cette sauce est bonne avec des croquettes de poulet, poisson et bien sûr des egg rolls.



Purée de citrouille

Préparation:

Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 350 F.

Couper la citrouille en deux. Retirer les graines et les filaments.

Cuire sur une plaque environ 45 minutes.

À l'aide d'une cuillère, retirer la chair et la déposer dans le bol d'un petit robot culinaire. Réduire en purée lisse.

Vous pouvez aussi congeler de gros morceaux de citrouille cuite sans la mettre en purée. Lorsque vous les décongèlerez, vous pourrez alors l'égoutter avec une passoire.

On peut utiliser de la purée dans:

- Les carrés aux dattes (1 tasse avec la préparation de dattes).
- La sauce à spaghetti (1 ou 2 tasses, ni vu ni connu)
- Dans le chili, les potages pour épaissir, en remplacement de la purée de banane dans les muffins, etc.

Confiture de citrouille, orange et poire



Une grosse citrouille
1 kg de cassonade ou de sucre (ou moitié-moitié)
2 oranges
3 poires ou 1 grosse boîte de poires en conserve
cannelle et muscade

Préparation:

Couper la citrouille et la vider de ses graines et filaments. Enlever l'écorce et couper la chair en cubes. Réserver dans un très grand chaudron. Éplucher les poires et les couper en cubes. Réserver avec la citrouille. (Si des poires en conserve sont utilisées, ne pas rajouter dans le chaudron tout de suite, mais juste avant la cuisson. Y inclure alors tout le contenu de la boîte de conserve, donc le sirop aussi pour plus de goût).

Trancher les 2 oranges et enlever les pépins. Déposer les tranches avec le reste dans le chaudron. Verser le sucre ou cassonade sur les fruits, couvrir et laisser macérer durant une nuit (12 heures).

Brasser et mijoter à feu moyen à doux sur le poêle durant 2 heures. Ne pas trop bouillir (ça change le goût). Si désiré, ajouter 2 bâtons de cannelle dans le mélange et les retirer à la fin. 30 minutes avant la fin de la cuisson, ajouter de la muscade et de la cannelle.

Une fois la cuisson terminée, enlever les tranches d'orange pour ne garder que la chair. Prendre le mélange et le mettre dans un malaxeur, fonction purée.



Muffins citrouille et chocolat

1 ½ tasse de farine
1 c. à soupe de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
½ c. à thé de muscade
½ tasse de cassonade
(½ tasse de raisins secs – optionnel)
1 tasse de pépites de chocolat
1 œuf
¾ tasse de lait
¼ tasse d'huile
½ tasse de purée de citrouille

Préparation:

Mélanger les liquides avec la cassonade.

Dans un autre bol, mélanger les ingrédients secs.

Tout mettre ensemble, mettre dans des moules à muffins et cuire au four à 350F environ 20 minutes.



Pain à la citrouille de Mme Sandra

1 tasse de cassonade
1/2 tasse d'huile
1 2/3 de purée de citrouille cuite ou râpée
2 œufs
2 1/2 tasses de farine
1 c. soupe de poudre à pâte
1/2 c. à thé de sel
1/2 c. à thé de gingembre
1 pincée de clou de girofle
1 c. à thé de cannelle

Préparation:

Bien mélanger les liquides et la cassonade.

Dans un autre bol, mélanger les ingrédients secs.

Tout mettre ensemble et mélanger.

Déposer dans deux moules à pain tapissés de papier parchemin et cuire à 350F 45 minutes.



Biscuits à la citrouille

½ tasse d'huile
1 ¼ tasse de cassonade
4 c. à soupe de yogourt nature
1 c. à thé de vanille
1 ½ tasse de purée de citrouille

2 ½ tasses farine
4 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de cannelle
1 tasse de raisins secs ou de canneberges

Préparation:

Mélanger les liquides avec la cassonade.

Dans un autre bol, mélanger les ingrédients secs.

Tout mettre ensemble et déposer à la cuillère sur des plaques à biscuits recouvertes de papier parchemin.

Cuire au four à 375F de 10 à 15 minutes.



Gâteau à la citrouille

1 $\frac{3}{4}$ tasse de farine tout usage non blanchie
1 c. à thé de poudre à pâte
1 c. à thé de bicarbonate de soude
 $\frac{1}{2}$ c. à thé de cannelle moulue
 $\frac{1}{4}$ c. à thé de muscade moulue
1 pincée de clou de girofle moulu
 $\frac{3}{4}$ tasse de beurre non salé, ramolli
1 $\frac{1}{2}$ tasse de cassonade tassée
3 œufs
1 $\frac{1}{2}$ tasse de purée de citrouille

Garniture:

1 paquet de 250 g de fromage à la crème, ramolli
 $\frac{1}{4}$ tasse de beurre non salé, ramolli
2 tasses de sucre en poudre
55 g (2 oz) de chocolat blanc, fondu et tempéré (optionnel)
pacanes au goût

Préparation des gâteaux:

Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 350F. Beurrer les parois de deux moules à charnière de 20 cm (8 po) de diamètre et tapisser le fond de papier parchemin.
Dans un bol, mélanger la farine, la poudre à pâte, le bicarbonate et les épices.
Dans un autre bol, crémer le beurre et la cassonade au batteur électrique. Ajouter les œufs, un à la fois, puis la purée de citrouille et fouetter jusqu'à ce que le mélange soit homogène. Incorporer le mélange de farine. Répartir dans les moules.
Cuire au four 30 minutes.

Préparation de la garniture:

Dans un bol, fouetter le fromage avec le beurre et le sucre à glacer jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
Ajouter le chocolat en un filet en fouettant continuellement. Si le glaçage est trop mou, réfrigérer 15 minutes avant de glacer le gâteau.
À l'aide d'un couteau à pain, retirer la calotte d'un gâteau. Tartiner la surface de ce gâteau avec le tiers du glaçage.
Refermer avec le deuxième gâteau et glacer complètement avec le reste du glaçage. Garnir de pacanes si désiré.



Tarte à la citrouille

Un fond de tarte non cuit
2 c. à soupe de beurre, ramolli
¼ tasse de cassonade
1 œuf
1 tasse de purée de citrouille

- **Garniture croquante**

½ tasse de sucre
1 c. à soupe) de fécule de maïs
1 -2 pincée de cannelle
½ tasse de sirop de maïs
½ tasse de crème à cuisson 35%
2 œufs
1/3 tasse de graines de citrouille, hachées (optionnel)
20 à 30 pacanes

Préparation:

Mélanger le beurre avec la cassonade. Incorporer l'œuf et la purée de citrouille. Verser dans un fond de tarte. Placer au congélateur de 15 à 20 minutes, jusqu'à ce que le dessus de la préparation durcisse légèrement.

Dans un bol, mélanger le sucre avec la fécule de maïs et la cannelle. Tout en fouettant, incorporer le sirop de maïs, la crème, les œufs et les graines de citrouille.

Verser délicatement ce mélange sur la première préparation – attention pour que les deux préparations ne se mélangent pas. Décorer avec les pacanes.

Faire cuire au four à 325F de 1 h 30 à 1 h 45, jusqu'à ce que la préparation soit figée au centre.