

# **Pudding d' Automne de Buttercup aux noix**



**Temps de préparation : 30 mn**

**Temps de cuisson : 1 heure 10**

**Ingrédients pour 4 personnes**

1 courge de Buttercup  
1 orange  
120 g de sucre en poudre  
50 g de sucre cassonade  
120 g de farine  
3 oeufs  
60 g de beurre + 30 g  
2cs de miel  
1 sachet de sucre vanillé  
1 cs de vanille liquide  
100 g de noix

**Préparation :**

- 1. Coupez la courge en cubes, après l'avoir épluchée et épépinée.**
- 2. Dans une poêle, faites fondre 30 g de beurre. Ajoutez les morceaux de courge et faites rissoler pendant 5 mn. Ajoutez le miel, le sucre cassonade et la vanille liquide et laissez caraméliser pendant 20 mn à couvert et à feu moyen, en remuant régulièrement.**
- 3. Quand la courge est cuite, écrasez-la avec une fourchette.**
- 4. Préchauffez le four à 200°. Faites fondre 60 g de beurre. Pressez l'orange et tamisez la farine.**
- 5. Dans un cul-de-poule, mélangez la chair écrasée de courge avec le jus d'orange et le sucre en poudre.**
- 6. Incorporez les oeufs, le sucre vanillé, le beurre fondu et la farine.**
- 7. Mélangez afin d'obtenir une pâte lisse. Concassez les noix et ajoutez-les à la préparation.**
- 8. Versez dans un moule et enfournez durant 45 mn.**

**HERBA-HUMANA et LES SOEURS FOURCHETTES  
vous ont proposé cette recette  
élaborée par Justine GOURBIERE**