

Naan à la purée de potimarron et bacon

Lucie Flament diététicienne

INSTRUCTIONS : Un lunch qui change de l'ordinaire, de quoi varier les plaisirs !

Le naan est un pain traditionnel indien qui remplace le pain classique. J'ai trouvé des versions mini, j'adore pour varier les plaisirs.

* 25 minutes si vous n'avez pas de cubes de potimarron prêts d'une autre recette.



Instructions

1. Préchauffez votre four à 180° sur chaleur tournante. Une fois chaud, mettez votre pain naan à cuire une dizaine de minutes.
2. **Pour les cubes de potimarron : pelez-le, découpez en petits morceaux et faites les cuire soit au four soit dans une poêle jusqu'à ce qu'ils deviennent tendres.*
3. Dans une poêle, faites revenir les allumettes de bacon sans matières grasses.
4. Préparez la purée : mixez ou écrasez les cubes avec le lait.
5. Découpez l'oignon
6. Sur le naan dressez la purée, les allumettes de bacon, l'oignon, la roquette et les graines de grenade.
7. Il n'y a plus qu'à savourez ! :)

Liste des courses

Ingrédients	Quantité
Pain naan	1
Cubes de potimarron	70 g
Lait 1/2 écrémé	2càs
Allumettes de bacon	100g
Grenade	
Oignon rouge	1/2
Roquette	