

Pain à la courge musquée et aux graines de tournesol



Ce pain est délicieux servi avec un peu de yogourt nature ou de crème glacée à la vanille et il peut très bien se congeler, bien emballé dans du papier aluminium.



Autre



4 parts





facile



1h20m

Ingrédients

Nombre de parts:  4 

200 g de courge musquée ou autre, cuite et réduite en purée

2 oeufs

50 ml ou 1/4 de tasse d'huile de tournesol

1 ou 2 cuillères à thé de mélange pour pain d'épices (ou cannelle, gingembre, clou de girofle, au choix)

1 pincée de sel

100 g de cassonade foncée

150 g (environ 1 tasse) de farine de riz blanc

50 g (environ 1/4 de tasse) de farine de riz brun ou complet

1 cuillère à thé de poudre à pâte (levure chimique)

1/2 cuillère à thé de bicarbonate de soude

1 poignée de graines de tournesol

1 poignée de raisins secs

Préparation

Préparation 10 min

Cuisson 70 min

1 Préchauffer le four à 350°F ou 180°C et huiler deux mini-moules à pain ou un moule régulier.

2 Dans un bol, mêler la ou les farines, selon ce que l'on a choisi d'utiliser, avec la poudre à pâte, le sel, le bicarbonate de soude et les épices.


3 Dans un autre bol, avec un batteur électrique, mélanger la courge, les œufs, l'huile et la cassonade.


4 Ajouter le mélange sec et bien mêler. Incorporer à ce mélange les graines de tournesol et les raisins secs.


5 Verser l'appareil dans les moules et enfourner pour environ 70 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent en ressorte sec.

6 Laisser refroidir sur une grille.

Accord vin : Que boire avec ?

 Saint Emilion
(Bordeaux, Rouge)

 Bergerac rouge
(Sud-Ouest, Rouge)

 Côte-du-rhône Villages blanc
(Vallée du Rhone, Rouge)