



Pure Kôsan

## *Minestrone potimarron*

*automne*

### **Ingredients pour 10 pers**

1000 g courge  
350 g pâtes type mini-penne  
400 g carottes  
1000 g tomates pelées en boîte  
250 g pousses d'épinards  
2000 ml bouillon de légumes  
5 oignon rouge  
5 gousse d'ail



### **Preparation**

Pelez la courge et coupez-la en petits dés d'environ 2 cm.  
Ciselez finement l'oignon. Pelez, dégermez et pressez l'ail.

Mettez 2000 ml d'eau dans une casserole et faites-y fondre un bouillon de légume. Ajoutez la, l'oignon rouge et l'ail. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre.

Laissez cuire jusqu'à ce que la courge commence à devenir tendre puis ajoutez les pâtes, les tomates pelées grossièrement concassées et les épinards. Laissez cuire encore pendant le temps indiqué sur le paquet.