

## ***Graines de citrouille deux façons***

RECETTES



NOMBRE DE PORTION : VARIABLE

---

TEMPS DE PRÉPARATION : 5 MIN

---

TEMPS DE CUISSON : 20-30 MIN

---

TEMPS DE REPOS :

---

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

---

CONGÉLATION: NON

## Ingrédients

---

- 1 tasse de graines de citrouille
- 1 c. thé d'huile d'olive
- 1 c. table de cassonade
- 1/2 c. thé de cannelle
- Une pincée de sel

### Version épicée

- 1 tasse de graines de citrouille
- 1 c. table d'huile d'olive
- 1 c. table de beurre, fondu
- 1 c. table d'épices cajuns

## Préparation

---

1. Préchauffer le four à 300 F.
2. Bien assécher les graines de citrouille.
3. Dans un bol, mélanger les épices, l'huile et/ou le beurre avec les graines de citrouille.
4. Étendre sur une plaque recouverte de papier parchemin.
5. Cuire de 20 à 30 minutes en retournant aux dix minutes.