

# CROÛTE À PIZZA À BASE DE COURGE

## Ingrédients

---

- 1 courge moyenne butternut ou buttercup (chaire orange)
- 1 ¼ tasse de fécule de tapioca
- ½ tasse de farine de pois chiche
- ½ c. à thé de sel
- 1 c. à thé d'ail en poudre
- 1 c. à thé d'herbes de Provinces ou basilic, origan



## Préparation

---

- 1 Couper la courge en deux, enlever les graines et mettre sur une plaque allant au four recouvert de papier parchemin.
- 2 Cuire au four à 350F, 45 minutes.
- 3 Laisser refroidir enlever la pelure et réduire en purée. (Donne 2 tasses de purée).
- 4 Mettre la purée dans un bol moyen. Ajouter les autres ingrédients. Mélanger à la fourchette et finir avec les mains. Ça donne l'effet d'une pâte. La pâte sera un peu collante.
- 5 Étendre avec les mains dans un plat de 8 par 10 pouces recouvert de papier parchemin. Égaliser au mieux que vous pouvez.
- 6 Cuire au four à 375F 30 minutes.

**Garniture au choix.** Pour le fromage j'utilise le fromage végétal, Daiya.

”

On peut aussi utiliser des patates douces ou pomme de terre au lieu de la courge.