



Συστατικά

1 κολοκύθα

Μέθοδος Εκτέλεσης

- Για να κόψουμε την κολοκύθα, ξεκινάμε χαράσσοντας βαθιά ένα τετράγωνο, 2 εκ. γύρο απο το κοτσάνι .
- Πιέζουμε το κοτσάνι να πέσει στο εσωτερικό της κολοκύθας.
- Με το μαχαίρι κόβουμε σε φέτες απο πάνω προς τα κάτω την κολοκύθα μας.
- Καθαρίζουμε την κάθε φέτα απο τις ίνες και τα σπόρια σκάβοντας επιφανειακά με ένα κουτάλι.
- Παίρνουμε 2 ταψιά μεγάλα και τοποθετούμε τις φέτες όρθιες (η φλούδα να ακουμπάει κάτω).
- Σκεπάζουμε με λαδόκολλα και αλουμινόχαρτο το κάθε ταψί και ψήνουμε στις 180 βαθμούς για 2- 2 ½ ώρες.
- Αφαιρούμε απο το φούρνο και με ένα κουτάλι παίρνουμε την σάρκα και την βάζουμε σε ένα σουρωτήρι για να στραγγίξουν όλα τα υγρά.
- Χωρίζουμε τον πουρέ σε μερίδες και διατηρούμε καλά συσκευασμένες στην κατάψυξη για μήνες.

Tip

Καλό θα ήταν να βάλουμε τον πουρέ σε ένα τουλπάνι και να το αφήσουμε να στραγγίξει τα υγρά του μέσα σε ένα μπολ, στο ψυγείο για 1 ολόκληρη ημέρα.

Πηγή: akispetretzikis.com