

# COURGE SPAGHETTI INSTANT POT

(SOURCE:

[HTTPS://WWW.PRESSURECOOKRECIPES.COM/INSTANT-POT-SPAGHETTI-SQUASH/](https://www.pressurecookrecipes.com/instant-pot-spaghetti-squash/))

- Préparer la courge en la coupant en 2 dans le sens de la longueur (voir l'image)
- Mettre 1 tasse d'eau (ou 2 tasses pour un 8Qt) dans votre cuve et mettre le trivet/support au fond
- Mettre la courge sur le support, côté plat vers le bas
- Programmer 6 minutes à Pressure Cook/Manuel pour une cuisson al Dente (ou 8 minutes si vous préférez plus cuit)
- Une fois la cuisson terminé faire un QR, laisser refroidir et filamenter la courge à la fourchette pour avoir vos spaghetti !



Par Katerine Boutet - GROUPE INSTANT POT RECETTES ET TRUCS QUÉBEC