

## ZOOM SUR NOS DÉCHETS

## Des conseils pour ne pas gaspiller sa citrouille d'Halloween

**CINDY ROUSSELLE**  
COMPO-HAUT-RICHELIEU



L'Halloween arrive à grands pas et pour l'occasion, voici quelques judicieux conseils afin que l'heure de gloire de votre citrouille ne se termine pas le 1<sup>er</sup> novembre!

**DÉCORER SANS GASPILLER**

Pour prolonger la durée de vie de vos citrouilles, évitez de les couper ou de les sculpter afin qu'elles se conservent plus longtemps et qu'elles ne se transforment pas en buffet libre-service pour les animaux!

L'utilisation de peinture, de colle et de paillettes est aussi à proscrire. Car ainsi affublées, et aussi belles qu'elles puissent être, ces citrouilles décorées - de même que leurs retailles - ne peuvent être déposées dans le bac brun de matières organiques ou dans votre composteur domestique.

Pour décorer votre citrouille sans la détériorer, faites preuve de créativité en réutilisant des matières ou garnitures

desquelles résultera une décoration « enviro-cool » :

- l'enrouler de ficelle pour en faire une toile d'araignée;
- la transformer en personnage en vous servant des accessoires provenant d'anciens costumes (serre-tête de chat, masque de superhéros, perruque de clown...);
- ajouter une touche d'éclairage en la décorant d'une guirlande de lumières colorées.

Si vous avez besoin qu'un élément de décoration soit « collé », utilisez de la gommette ou de la colle chaude. Mais n'oubliez pas de retirer ces matières avant de composter votre citrouille.

**UNE DEUXIÈME VIE**

Une fois l'Halloween terminée, offrez une deuxième vie à votre citrouille en la cuisinant. Délicieuse en muffins, en tarte, en pain, en potage et encore plus, la chair de citrouille fait des heureux dans toutes ses déclinaisons. Si votre citrouille est volumineuse, réduisez la chair en purée et congelez-la en portion d'environ 1 tasse. Une excellente



Il est possible de donner une seconde vie à ses citrouilles d'Halloween en les cuisinant.

façon de prolonger la saison de la citrouille épicée.

Pour produire facilement une belle purée, coupez la citrouille en deux et déposez les deux moitiés (sans les graines) sur une plaque de cuisson, face vers le bas. Cuire

de 1 heure à 1h30 dans un four préchauffé à 350 °F. Lorsque la pointe d'un couteau s'insère sans difficulté, c'est signe qu'elle est prête. L'écorce se retirera facilement et il ne restera plus qu'à réduire la chair en purée à l'aide d'un robot culinaire.

Outre la chair, les graines de citrouille sont aussi comestibles. Elles constituent d'ailleurs une excellente collation. Une fois rincées, il suffit de les étendre sur une plaque de cuisson, de les huiler et de les assaisonner à votre goût. Un petit 10 minutes au four (à 375 °F), et le tour est joué!

**FAMEUX BONBONS**

Impossible de parler d'Halloween sans évoquer son trésor le plus précieux : des sacs pleins de friandises! Voici en rafale la bonne destination pour certaines matières provenant de la collecte de sucreries.

- Emballage de carton : récupération
- Emballage de plastique : poubelle
- Sac de croustilles : poubelle
- Bonbons et croustilles (sans emballage) : bac brun
- Gomme : poubelle

Vous avez des suggestions de sujets pour cette chronique? Écrivez-nous à cindy.rouselle@compo.qc.ca.