

LA RECETTE GOURMANDE

FRITES DE PATATE DOUCE ET SA SALADE

original et gourmand



Pour 4 personnes

Préparation 20 min

Tout d'abord, préchauffez votre four à 210°.

Ensuite, commencez par éplucher, laver et couper vos patates douces en bâtonnets.

Mettez-les ensuite dans un saladier et ajoutez-y le sel, le poivre, le paprika et 3 càS d'huile d'olive. Mélangez bien afin que les frites soient bien enrobées et assaisonnées.

Étalez vos frites sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et faites en sorte qu'aucune ne se chevauche.

Enfournez-les et laissez-les cuire pendant 30 à 35 minutes à 210° à chaleur tournante.

Pendant qu'elles cuisent, lavez votre mâche et égouttez-la.

Préparez ensuite votre vinaigrette. Mélangez 2 càS d'huile d'olive, le vinaigre de vin, un peu de moutarde, le sel et le poivre. Ajoutez-la à la salade et mélangez bien.

Bon appétit !

2	patates douces
1	salade mache
5càS	huile d'olive
1càS	vinaigre de vin
1càc	moutarde
	sel
	poivre
	paprika

