

Les frites de patate douce



QUANTITÉ

2 personnes



PRÉPARATION

10 minutes



REPOS

Non



CUISSON

30 minutes

CE QU'IL VOUS FAUT :

- 1 grosse patate douce
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1/2 cuillère à café de paprika
- 1/2 cuillère à café de sel de Guérande
- Des herbes de Provence (facultatif)



Préchauffez votre four à 200°C.

Épluchez la patate douce et découpez-la en bâtonnets (c'est à dire, en forme de frites).

Plus les frites sont épaisses, plus elles seront fondantes et plus elles sont fines, plus elles seront croustillantes.

Mettez-les dans un saladier et versez l'huile, le paprika, le sel et les herbes.

Avec une grosse cuillère ou à la main, mélangez l'ensemble de façon à ce que les frites soient recouvertes d'huile et d'épices.

Sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, disposez les frites sur une seule couche.

Faites cuire au four pendant 25 minutes environ à 220°C. Les frites doivent être légèrement dorées.

Mettez votre plaque contenant vos frites sur la plus haute place dans le four et mettez-le en mode grill à 235°C pendant 3 minutes afin que vos frites dorent bien et que l'extérieur soit croustillant.

Surveillez bien car cela peut aller très vite.

Nature, avec un ketchup (maison of course) ou une sauce à l'avocat, à vous de déguster vos frites comme vous le souhaitez.