

PATATE DOUCE RÔTIE AU FOUR

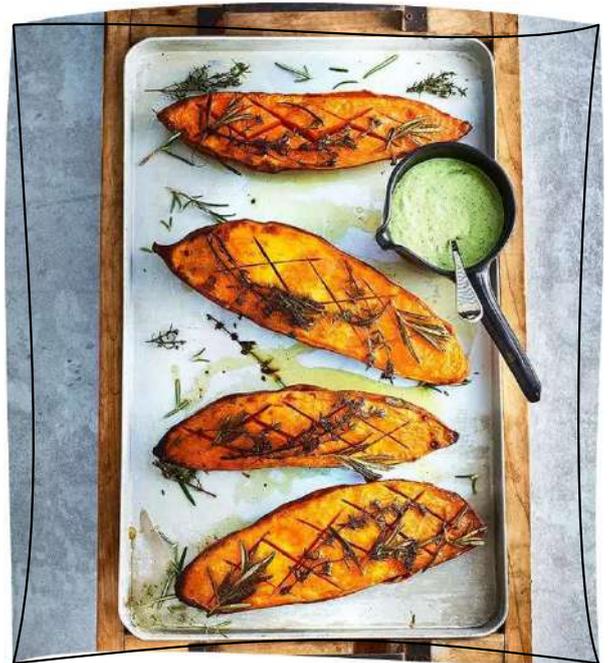


10' PRÉPARATION
1H' CUISSON

NIVEAU FACILE

INGRÉDIENTS

- 2 GROSSES PATATES DOUCES
 - 2 OU 3 BRANQUES DE ROMARIN
 - HUILE D'OLIVE
 - SEL MARIN
 - 2 OU 3 BRANCHES DE THYM
- POUR LA SAUCE AU PERSIL ET AU TAHINI :**
- 50 À 60 ML DE JUS DE CITRON
 - 2 GOUSSES D'AIL PELÉES
 - 100G DE TAHINI
 - POIVRE
 - SEL
 - 160 G DE YAOURT GRECQUES
 - 50 G DE FEUILLES DE PERSIL



1

PRÉCHAUFFEZ LE FOUR À 200°C

2

LAVEZ LES PATATES DOUCES, DÉCOUPEZ-LES DANS LE SENS DE LA LONGUEUR ET RÉALISEZ DE PETITES INCISIONS DANS LA CHAIR COMME SUR LA PHOTO : ATTENTION À NE PAS PERCER LA PEAU !

3

PARSEMEZ D'HERBES ET DE SEL ET VERSEZ 1 À 2 CUILLÈRES À CAFÉ D'HUILE D'OLIVE SUR CHAQUE MOITIÉ. PLACEZ CES MOITIÉS SUR UNE PLAQUE DE CUISSON ; FACE DÉCOUPÉE EN DESSOUS. FAIRE CUIRE ENVIRON 50 MINUTES AU FOUR, EN VEILLANT À RETOURNER LES PATATES DOUCES À MI CUISSON.

4

POUR LA SAUCE : PLACEZ LE JUS DE CITRON, LE YAOURT, L'AIL, LE PERSIL ET LE TAHINI DANS LE BOL ET MIXEZ LE TOUT JUSQU'À OBTENIR UNE CONSISTANCE CRÉMEUSE. ASSAISONNEZ DE SEL ET DE POIVRE

BON APPÉTIT !