

PATATES DOUCES AU FOUR



Ingredients:



10 MINUTES



30 MINUTES



4 PERSONNES

- 500 g de patate douce
- 2 càs d'huile d'olive
- 1 bonne pincée de sel
- 2 càc de thym ou herbes de Provence
- 1/2 càc de piment d'espelette
- 1/2 citron



Préparation :

1. Dans un petit ramequin mettez l'huile d'olive, les herbes de Provence (ou le thym), le piment d'Espelette et le sel. Mélangez.
2. Lavez bien les patates douces. Fendez-les en deux et quadrillez la chair. Citronnez-les car les patates douces s'oxydent super vite. A l'aide d'un pinceau, badigeonnez les patates douces avec l'huile d'olive aromatisée. Déposez-les sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé ou dans un plat à gratin. Puis, enfournez dans un four préchauffé à 180°C pour 40 minutes de cuisson à chaleur tournante. Vérifiez avec la pointe du couteau la cuisson.
3. À la sortie du four, saupoudrez d'un peu de thym frais et régalez-vous. C'est prêt !