



FRITES DE PATATES DOUCES AU FOUR

Pour 4 personnes :

- 2 patates douces BIO
- 1 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à café de poivre
- 1 cuillère à café de paprika
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive.

Epluchez les pommes de terre, lavez-les et coupez-les en bâtonnets. Mettez-les dans un saladier et ajoutez le sel, le poivre, le paprika, le piment d'Espelette et l'huile d'olive. Mélangez bien pour que les frites soient bien enrobées, bien assaisonnées.

Étalez sur une plaque de cuisson anti adhésive ou recouverte de papier sulfurisé. Il faut que cela ne fasse qu'une couche. Enfournez dans un four préchauffé à 210°C pour 30 à 35 minutes de cuisson.

Si vous aimez les frites un peu plus croustillantes, rajoutez 5 minutes de cuisson en position grill.