



FRITES DE LÉGUMES

2 personnes

MÉTHODE

- 1** Préchauffez votre four à 200°C. Pendant ce temps, lavez les patates et les légumes, épluchez-les et coupez-les en bâtonnets. Frites ou potatoes c'est à vous de choisir !
- 2** Dans un saladier, versez les bâtonnets de patate, 1 cuillère d'huile d'olive, une pincée de sel et du poivre et mélangez bien.
- 3** Étalez ensuite les bâtonnets sur une plaque avec du papier cuisson et mettez-les au four 25 min.

INGRÉDIENTS

- 3 pommes de terre ou 400 g de carottes, patates douces, panais
- ..
- 1 c. à s. d'huile d'olive
- 1 pincée de sel

USTENSILES

- 1 planche à découper
- 1 économe
- 1 four
- 1 Saladier

TEMPS DE PRÉPARATION

- Préparation | 10/15 min
- Cuisson | 25 min