



≡ RECETTE SALÉE ≡

RÖSTIS DE PATATE DOUCE

⌚ 15 MINUTES

🕒 25 MINUTES

🍴 3 À 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

300 grammes de patate douce (1 belle patate douce)
130 grammes de carotte (1 grosse carotte)
1 oignon jaune
1 oeuf
40 grammes de flocons d'avoine
1 cuillère à café de noix de muscade en poudre
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
Sel et poivre

PRÉPARATION

Commencer par éplucher la patate douce et la carotte. Les raper entièrement et les placer dans une saladier.

Eplucher et émincer l'oignon. L'incorporer dans le saladier avec la patate douce et les carottes râpés. Casser l'oeuf sur le mélange, puis verser les flocons d'avoine et la noix de muscade. Bien mélanger jusqu'à obtenir une pâte +/- homogène. Saler et poivrer.

Préchauffer le four à 160°C.

A l'aide de ses mains, façonner 6 palets de taille égale. Les déposer sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Arroser chaque rösti d'un filet d'huile d'olive puis enfourner pour 15 minutes. Retourner les röstis et poursuivre la cuisson 10 minutes.

Servir bien chaud accompagné d'un rôti végétarien (ou autre plat) et de crudités. Bon appétit !

