Frites de panais et pommes de terre à la noix de muscade

“ Une recette toute simple à base de panais que j’ai récupérée sur mon ancien blog. ”

Les Ingrédients :

(Pour 2 à 4 personnes) :

- 3 petits panais
- 3 grosses pommes de terre
- 1½ c. à soupe d’huile d’olive
- ¼ c. à thé de noix de muscade moulue
- Sel et poivre

Les Étapes :

Épluchez les panais. Brossez les pommes de terre. Coupez les légumes en bâtonnets de largeur égale. Déposez le tout dans un bol. Mélangez avec l’huile d’olive et la noix de muscade râpée. Salez et poivrez. Étalez en une seule couche sur une plaque de cuisson chemisée d’un papier sulfurisé *(si nécessaire)*.

Enfournez à 220-230°C pendant 15 à 30 minutes en les retournant à la mi-cuisson.

Et Que Dire De Plus ?

→ Une recette à base de panais inspirée de la super idée de Névorique… frites de panais et oignons au tandoori!

→ Une autre recette de frites… Frites de courge buttercup, pommes de terre et sauge.

© Les Papilles Estomaquées... 2013