Les frites au four de pommes de terre et carottes au romarin

Les ingrédients pour 2

- 250 grs de carottes
- 300 grs de pomme de terre
- 2 gousses d ail
- Du romarin ou de la ciboulette

Une cuillère à soupe de paprika doux
De l huile olive ou colza
Sel et poivre

Préparation10 mins Cuisson 30 mins Difficulté 1





Epluchage de nos légumes

On épluche, on lave carottes et pommes de terre, on les coupe en frites grossières, pas trop fines sinon elles vont griller au four.

On verse un fond d’huile dans un plat passant au four préalablement préchauffé à 200° pendant 10/15 mins. On y dépose les frites de légumes en les mélangeant bien. Un filet d’huile, du sel, du poivre et on essaime de romarin ou de ciboulette.

Et hop, au four 30 mins…





On déguste en accompagnement ou en plat, une alliance de goût douce et légèrement sucrée .