



FRITES DE PATATE DOUCE AUX ÉPICES CAJUN



PRÉCHAUFFAGE 3 MIN
CUISSON 15 MIN



x4

INGRÉDIENTS

2 c. à café de cumin

1 c. à café de coriandre moulue

1 c. à café de sel

½ c. à café de paprika fumé

½ c. à café de thym séché

½ c. à café d'origan séché

½ c. à café de piment de Cayenne

1 kg de petites patates douces

1 c. à soupe d'huile d'olive

Coriandre ciselée

Fleur de sel

- 1. PRÉCHAUFFER** un airfryer à 200 °C pendant 3 minutes.
- 2.** Préparer le mélange d'épices cajun en ajoutant le cumin, la coriandre moulue, le sel, le paprika, le thym, l'origan et le piment de Cayenne dans un bol.
- 3.** Nettoyer, essuyer, puis découper les patates douces en gros bâtonnets. Les placer dans un grand saladier avec l'huile et les épices cajun. Mélanger pour les enrober.
- 4.** Déposer les frites dans le panier de l'airfryer. **FAIRE CUIRE** à 200 °C pendant 15 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées et bien cuites, en veillant à les **REMUE**R à mi-cuisson.
- 5.** Parsemer de fleur de sel et de coriandre ciselée.

CONSEIL

Ce type de frites est appelée « wedges » dans les pays anglo-saxons. On le sert généralement avec une crème appelée « sour cream », qui ne se trouve malheureusement pas en France. Il existe cependant des solutions pour la remplacer ou la préparer soi-même. Il est possible d'utiliser de la crème fraîche épaisse, du fromage blanc, du yaourt grec, du mascarpone ou du Philadelphia, en les mélangeant avec un peu de vinaigre ou de jus de citron.