

Frites de Butternut au paprika

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min – Cuisson : 40 min

Ingrédients :

- 1/2 Butternut
- 2cs d'huile d'Olive
- 2cc de Paprika
- Fleur de Sel



Ustensiles spécifiques : un bon couteau, un saladier et une plaque allant au four recouverte de papier sulfurisé ou d'une toile siliconée !

www.lesdelicesabelle.fr

Réalisation :

- Préchauffer le four à 200°C.
- Couper la courge butternut en 2. Oter la peau et les pépins le cas échéant (en général ils sont plutôt dans la partie basse arrondie de la courge que vous ne devriez pas utiliser cette fois).
- Couper des frites assez larges de même taille, pour que la cuisson soit homogène.
- Les mettre dans un saladier.
- Ajouter l'huile d'olive, le paprika et la fleur de sel.
- Mélanger l'ensemble avec vos doigts magiques.
- Déposer les frites sur la plaque recouverte soit de papier sulfurisé, soit d'une toile siliconée.
- Enfourner 40 min et déguster sans attendre.

Bon appétit !