

Pommes de terre Frites au four



1h 10 min 50 min 0 214

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les frites

1 kg **Pomme(s) de terre**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
1 c. à café **Paprika**
1 c. à soupe **Herbes de Provence**
1 **Sel**

Étape 1

Préparation des frites

- 1 Préchauffer le four à 200°C (Th.6-7) en mode chaleur tournante.
- 2 Éplucher les pommes de terre à l'aide d'un économe.
- 3 Les épluchures peuvent être cuites au four pour réaliser des chips.
- 4 Tailler les pommes de terre en frites à l'aide d'un couteau éminceur.
- 5 Laisser les frites tremper dans un saladier d'eau afin d'enlever l'excès d'amidon.
- 6 Laisser les pommes de terre tremper une dizaine de minutes pour obtenir des frites croustillantes.
- 7 Egoutter les pommes de terre à l'aide d'une passoire.
- 8 Mettre les pommes de terre sur un torchon propre et essuyer afin d'enlever l'excédant d'humidité.
- 9 Mettre les pommes de terre dans un sac de congélation.
- 10 Mettre l'huile d'olive dans le sac.
- 11 Ajouter les herbes de Provence et le paprika doux.
- 12 Assaisonner de sel.
- 13 Ferme le sac et secouer de façon à répartir les épices

sur tous les morceaux de pomme de terre.

- 14** Disposer les pommes de terre sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé.
- 15** Enfournier les frites à 200°C pendant environ 50 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

Étape 2

Dressage

- 1** Sortir les frites du four lorsqu'elles sont bien dorées.
- 2** Disposer les frites dans une assiette de dressage.
- 3** Assaisonner si nécessaire.