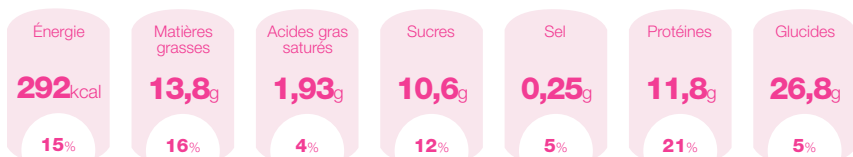




Patates douces farcies, cuisson au barbecue

Phase : **d'Attaque**

Par portion | Apports de référence %



Difficulté : ★★★★★

Coût : ★★★★★

Catégorie
Plat

Prêt en
30 min

Cuisson
30 min

Ingrédients

Pour 1 personne

- 1 patate douce
- 3-4 tomates cerises coupées en 4
- ½ oignon rouge émincé
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 1 pincée de cumin moulu
- 1 pincée de paprika moulu
- 1 cuillère à café d'huile d'olive
- 3 cuillères à soupe de fromage blanc 0%
- ½ avocat coupé en dés
- 2-3 brins de coriandre hachés
- poivre & sel

Préparation

1. Mélangez le fromage blanc, le piment d'Espelette, le cumin et le paprika dans un bol. Poivrez et salez.
2. Déposez la patate douce sur une feuille de papier aluminium et arrosez d'huile d'olive. Formez une papillote avec le papier aluminium et placez là directement sur les cendres du barbecue. Laissez cuire 30 minutes. Vérifiez la cuisson de la patate douce à l'aide d'un couteau.
3. Coupez la patate douce en deux, dans le sens de la longueur. Garnissez-la du fromage blanc épicé, des tomates cerises, de l'oignon, de l'avocat et de coriandre hachée.