



anou <http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Frites au four .



Ingrédients pour 1 personne :

- 1 c.à.c de sel
- 1 c.à.c d'huile d'olives
- 1 grosse pomme de terre
- 1/2 c.à.c de farine

- Laver et peler les pommes de terre et les couper en bâtonnets
- Mettre dans un saladier. Ajouter l'huile, le sel puis mélanger
- Saupoudrer de farine et bien mélanger pour enrober les pommes de terre
- Répartir les frites sur une plaque à four recouverte de papier sulfurisé
- Enfourner pour environ 30 minutes à four préchauffé, à 200°C th.6-7
- Servir ces frites bien chaudes, accompagnées de sauce blanche aux herbes, au coulis de tomate ...

