



# TIAN DE PATATES DOUCES



Pour 4 personnes | Préparation 40 min | Cuisson 35 min + 15 min

## Ingrédients

- 4 petites patates douces, longues
- 2 gousses d'ail
- 2 c à s d'huile d'olive
- 15 g de beurre
- 1 c à soupe de romarin ciselé
- 1/2 c à café de sel fin
- Poivre, 3 tours de moulin

## Astuces

Choisissez des patates longues et de forme uniforme afin que les tranches soient de taille aussi similaire que possible.

Pour que les patates se tiennent bien à la cuisson, laissez la peau et coupez-les à la main à 3 à 4 mm. La mandoline et le robot font des tranches trop fines.



## Préparation de la recette

Brosser et laver soigneusement les patates douces. Conserver la peau et les couper en tranches de 3 à 4 millimètre d'épaisseur. Presser les 2 gousses d'ail.

Dans un saladier, mélanger les tranches de patate douce avec le beurre fondu, l'huile, l'ail pressé, le romarin ciselé, le sel et le poivre. Bien séparer les tranches, avec une cuillère en bois ou les mains, afin d'enrober chaque tranche.

Préchauffer le four à 180°C.

Beurrer un plat rond ou ovale allant au four, d'environ 26 cm de diamètre. Disposer les tranches de patate douce de manière à ce qu'elles soient rapprochées et forment un motif circulaire.

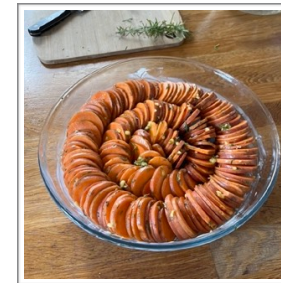
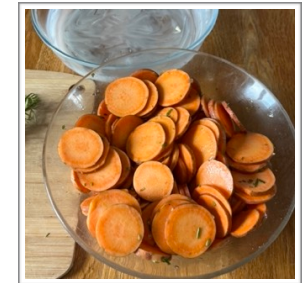
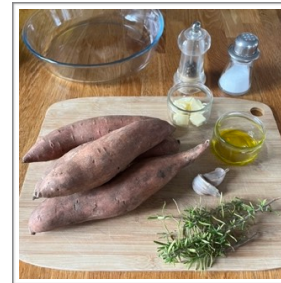
Couvrir de papier d'aluminium et enfourner pour 35 à 40 minutes. Monter le four à 220°C, retirez le papier d'aluminium et faire cuire encore 15 minutes, jusqu'à ce que les bords des patates douces caramélisent.

Décorer avec un ou deux brins entiers de romarin.

*Dégustation : Dégustez ce tian pour un repas de fêtes, accompagné de légumes de saison et d'une volaille ou d'un poisson.*

## Variantes

Possibilité de parsemer de noisettes concassées 10 minutes avant la fin de la cuisson ou de parmesan râpé juste avant de servir.



## Informations nutritionnelles

La patate douce est un tubercule, classé dans la famille des féculents en diététique. Délicatement sucrée, elle se cuisine de l'entrée au dessert. Peu calorique, elle contient une quantité élevée d'antioxydants, de vitamine A et de minéraux.