Patates douces en quartiers

Recette de V-ZUG SA



Préparation	20 min
Temps de cuisson	20 min
Portions	4
Appareil	CombiSteamer V6000 PowerSteam à partir de 2022

aux légumes-racines et noix de pécan

Légumes

600 g de patates douces

400 g de panais

300 g de carottes

4 cs d'huile de noix

3 cs de miel d'acacia

1 cs de Sambal Oelek

100 g de noix de pécan, grossièrement concassées

un peu de sel

Légumes

Éplucher les patates douces, les panais et les carottes et les couper en morceaux d'env. 2 cm d'épaisseur. Mélanger avec l'huile, le miel et du Sambal Oelek dans un saladier.

Disposer les légumes sur un plat en verre trempé tapissé de papier sulfurisé et faire cuire avec Power air chaud avec vapeur à 230 °C pendant 10 minutes.

Retourner délicatement les légumes et disperser les noix de pécan dessus. Finir la cuisson pendant 10 minutes.

Une fois la cuisson terminée, saler et servir.

Étapes de cuisson

Power air chaud avec vapeur 230 °C pendant 10 min

Ajouter les ingrédients. Poursuivre la cuisson.

Power air chaud avec vapeur 230 °C pendant 10 min

Accessoires

Plaque en verre trempé

Informations complémentaires

Créée le	05.09.2023