



Plats d'accompagnement

Petites satés végétariennes avec patates douces et sauce tahini

Pour 4 personnes.

Ingrédients

1 cuillère à café de poivre de cayenne
2 cuillères à café rondelles de citron
2 cuillères à soupe de jus de citron
200 millilitres de yaourt entier
4 patates douces (grosses)
2 cuillères à soupe tahin
3 persil (haché fin)
2 oignons rouges
1 poivron rouge
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Épluchez les patates douces et cuisez-les dans de l'eau légèrement salée. Épluchez les oignons et coupez-les en quartiers. Coupez le poivron en petits morceaux prêts à croquer. Coupez les patates douces en deux sur la longueur et coupez les morceaux en demi-lunes.

Enfilez les morceaux de pomme de terre sur des brochettes alternativement avec l'oignon et le poivron. Badigeonnez-les d'huile puis salez et poivrez. Mettez les brochettes dans un ravier en aluminium 15 minutes sur le barbecue. Retournez-les régulièrement.

Entretemps mélangez le yaourt avec la sauce tahini, le zeste de citron et le jus de citron. Assaisonnez avec du sel et du poivre de Cayenne. Aspergez un peu de sauce sur les kebabs grillés puis saupoudrez de persil.

Ustensiles de cuisine

Bois à brochette
Barbecue

