



Les plats principaux

Brochettes de dinde aux chicons et patates douces

Pour 4 personnes.

Ingrédients

2 patates douces (en frites fines)
huile d'olive
150 millilitres de yaourt entier
1 cuillère à café de miel
1 cuillère à café de curry
1 cuillère à café de jus de citron
4 tiges de chicons (finement hachés)
1 petit ravier de cresson
4 brochettes de dinde
noix de beurre
poivre
sel

Méthode de préparation

Préchauffez le four à 220°C. Précuissez les frites de patate douce dans de l'eau salée. Versez l'eau et laissez bien égoutter

Répandez les pommes de terre sur une plaque de cuisson avec du papier sulfurisé, aspergez d'huile d'olive puis salez et poivrez. Mettez 15 minutes au four en les remuant régulièrement.

Mélangez le yaourt avec le miel, le curry et le jus de citron puis salez et poivrez. Versez la sauce sur les chicons et mélangez-y le cresson

Rôtissez les brochettes dans le beurre. Servez avec la salade de chicons et les frites.

Ustensiles de cuisine

four

