



# Patatas bravas et saucisse aux herbes en extra

Servies avec une omelette au chèvre et des piments verts turcs



Total : 45 min.

Facile

À consommer dans les 5 jours

En Espagne, les patatas bravas se dégustent en tapas, accompagnées de toutes sortes d'autres petits plats. Aujourd'hui, vous allez associer ces petites pommes de terre croustillantes à une sauce tomate piquante, une omelette au fromage de chèvre, des merguez de bœuf et des piments verts turcs salés. Pas d'inquiétude : ces derniers ne sont pas piquants, mais, au contraire, très doux.

# HELLO EXTRA

Dégustez des **merguez de bœuf** en extra.



Pommes de terre à chair ferme



Paprika en poudre



Piment turc vert \*



Gousse d'ail



Piment rouge \*



Passata de tomates



Merguez de bœuf \*



Œuf de poule élevée en plein air \*



Fromage de chèvre affiné râpé \*



Persil plat frais \*



Aïoli \*

# BIEN COMMENCER

## USTENSILES

2 bols, sauteuse avec couvercle, plaque recouverte de papier sulfurisé, casserole à sauce et 2 poêles.

Recette de **Patatas bravas et saucisse aux herbes en extra** : c'est parti !



### 1 CUIRE LES POMMES DE TERRE

Préchauffez le four à 220 degrés. Épluchez les **potatoes** et coupez-les en dés de 1 à 2 cm. Dans un bol, mélangez les **potatoes**,  $\frac{3}{4}$  cs d'huile d'olive par personne, le **paprika**, ainsi que du poivre et du sel. Faites chauffer la sauteuse à feu moyen-vif et faites cuire les **potatoes** 25 à 35 minutes à couvert. Retirez le couvercle après 20 minutes. Remuez régulièrement★.



### 2 RÔTIR LES PIMENTS TURCS

Pendant ce temps, disposez les **piments turcs verts** sur la plaque recouverte de papier sulfurisé et arrosez-les avec  $\frac{1}{2}$  cs d'huile d'olive par personne. Salez généreusement★★. Enfouez 10 à 15 minutes ou jusqu'à ce que les **piments turcs verts** commencent à brunir. Retournez à mi-cuisson pour éviter qu'ils ne brûlent.



### 3 PRÉPARER LA SAUCE

Émincez ou écrasez l'**ail**. Épépinez et émincez le **piment rouge**. Hachez grossièrement le **persil plat**. À feu moyen-vif, faites chauffer  $\frac{1}{4}$  cs d'huile d'olive par personne dans la casserole pour la sauce. Faites revenir le **piment rouge** et l'**ail** 1 à 2 minutes. Baissez le feu, versez le **passata de tomates** dans la casserole et laissez mijoter 5 minutes, jusqu'à obtenir une sauce épaisse. Salez et poivrez.



### 4 CUIRE LES MERGUEZ

Faites chauffer  $\frac{1}{2}$  cs d'huile d'olive par personne dans une poêle et faites cuire les **merguez** pendant 8 à 10 minutes à feu moyen-vif.



### 5 PRÉPARER L'OMELETTE

Dans l'autre bol, battez les **œufs** avec un filet de lait et le **fromage de chèvre affiné râpé**. Salez et poivrez. Faites chauffer le reste d'huile d'olive dans la poêle à feu moyen-vif et faites-y glisser le **mélange d'œufs**. Faites cuire l'omelette environ 5 à 8 minutes, puis repliez-la délicatement. Prolongez le temps de cuisson si vous la préférez plus cuite.



### 6 SERVIR

Servez les **piments salés**, les **merguez** et l'omelette au chèvre sur les assiettes. Accompagnez des patatas bravas, de la sauce tomate piquante et d'**ailoli**. Garnissez avec le **persil**.

★ **CONSEIL** : Si le paprika brunir trop vite, baissez le feu.

🌿 **CONSEIL** : Si vous aimez le piquant, ajoutez plus de piment rouge que recommandé à l'étape 4.

# 1 À 6 PERSONNES

# INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Pommes de terre à chair ferme (g)	250	500	750	1000	1250	1500
Paprika en poudre (cc)	1	2	3	4	5	6
Piment turc vert (g) *	200	400	600	800	1000	1200
Gousse d'ail (pc)	$\frac{1}{2}$	1	$1\frac{1}{2}$	2	$2\frac{1}{2}$	3
Piment rouge (pc) *	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{4}$	1	$1\frac{1}{4}$	$1\frac{1}{2}$
Passata de tomates (g)	50	100	150	200	250	300
Merguez de bœuf (pc) *	2	4	6	8	10	12
Œuf de poule élevée en plein air (pc) 3) *	2	4	6	8	10	12
Fromage de chèvre affiné râpé (g) 3) 7) *	25	50	75	100	125	150
Persil plat frais (g) *	$2\frac{1}{2}$	5	$7\frac{1}{2}$	10	$12\frac{1}{2}$	15
Œuf de poule élevée en plein air (cs) 3) 10) 19) 22) *	1	2	3	4	5	6
À ajouter vous-même						
Huile d'olive (cs)	$2\frac{1}{2}$	5	$7\frac{1}{2}$	10	$12\frac{1}{2}$	15
Lait	Un filet					
Poivre et sel	Selon le goût					

\* Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	5021 / 1200	667 / 160
Lipides total (g)	81	11
Dont saturés (g)	22,8	3
Glucides (g)	56	7
Dont sucres (g)	3,2	0,4
Fibres (g)	0	0
Protéines (g)	57	8
Sel (g)	1,6	0,2

## ALLERGÈNES

3) Œuf 7) Lait/lactose 10) Moutarde  
Peut contenir des traces de : 19) Arachide 22) Fruits à coque

Votre avis nous intéresse ! N'hésitez à nous en faire part via notre site Internet ou nos réseaux sociaux.

