PATATE DOUCE AVEC SA CRÈME D'AVOCAT

PRÉPARATION

30 minutes

CUISSON

30 minutes

INGRÉDIENTS

pour 2 personnes

- 2 patates douces
- 1 avocat
- 80g de cream cheese (type philadelphia ou St Moret)
- Une petite boîte de poids chiche (environ 265g net égoutté)
- Une botte de coriande
- Du sel et du poivre
- Une filer d'huile d'olive
- Une demi citron vert
- 1 càc de paprika en poudre
- 1 càc de cumin en poudre
- 1 càc d'ail en semoule

PRÉPARATION

1. Découpez vos patates douces en deux dans le sens de la longueur puis les inciser tout du long au couteau.
2. Enfournez dans un plat adapté, arrosez d'un filet d'huile d'olive, saler et poivrer et faire cuire à 200°C durant au moins 50 minutes.
3. Pendant ce temps, égouttez et enlever la peau des pois chiches. Dans un saladier, les mélanger avec l'ail en poudre et les épices + le sel. Enfourner pendant 30 minutes
4. Découper et enlever le noyau de l'avocat. Dans un petit bol, mixer la chair avec le fromage frais, du sel et poivre et le filet de citron vert.
5. Lorsque les patates douces sont cuites, disposer tout de suite la sauce crémeuses avocat, parmeser depois chiche grillés aux épices.