

VIDÉO
RECETTE

Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 2 patates douces
- Sel (aromatisé aux herbes de Provence)
- 1 kg de moules

- 25 cl de crème fraîche (40% min)
- Vin blanc*
- 25 g de beurre
- 2 échalotes
- Epices: Zaatar, Curry

Préparation



20 minutes



Coqui'Découverte



Cuisson



35 minutes

1. Frites de patate douce :

- Épluchez les patates douces et coupez-les en forme de frites
- Placez les frites dans un plat, ajoutez de l'huile et du sel, puis mélangez bien.
- Disposez les frites sur une plaque de cuisson. Préchauffez le four à chaleur tournante à 200 °C et enfournez pendant environ 35 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Ajustez le temps de cuisson en fonction de votre four.

2. Sauce au curry :

- Épluchez et émincez les échalotes
- Faites fondre 25g de beurre dans une poêle
- Ajoutez les échalotes émincées et faites-les cuire jusqu'à ce qu'elles soient tendres.
- Versez le vin blanc*, puis incorporez la crème fraîche, le curry, le Zaatar, le sel et le poivre à votre convenance.
- Laissez mijoter à feu doux

3. Préparation des moules :

- Lavez soigneusement les moules
- Portez de l'eau à ébullition et incorporez-y les moules
- Lorsqu'elles sont toutes ouvertes, égouttez les moules et réservez deux louches d'eau de cuisson.

4. Assemblage

- Ajoutez les deux louches d'eau de cuisson des moules à la préparation de la sauce et laissez mijoter.
- Incorporez les moules à la sauce au curry et mélangez bien.
- Ajoutez un peu de persil et du Zaatar avant de servir.

* Pour votre santé, attention à l'abus d'alcool. A consommer avec modération.

1, 2, 3, Coqui'cookez !

