



THOMY®



## FRITES VEGGIE À LA FOLIE

### INGRÉDIENTS

---

g THOMY Mayonnaise à la Française

---

pièces petites carottes colorées

---

pièces patate douce

---

pièces panais

---

g de persil

---

cuillères à soupe de fécule de maïs

---

bouteille Huile de colza pour la friteuse

---

pièce piments verts

---

pièce gousse d'ail

---

branche de romarin

---

pincée Sel, poivre

### INSTRUCTIONS

---

Étape 1 Éplucher les légumes et les couper en frites. Astuce: Les frites deviennent encore plus croustillantes lorsqu'elles sont saupoudrées de fécule de maïs avant la friture.

---

Étape 2 Préchauffer l'huile à 170 - 180 ° C. Mettre l'ail écrasé, le piment émincé et le romarin dans l'huile.

---

Étape 3 Faire frire les légumes les uns après les autres, saler et les dévorer dans le dip Mayo THOMY de ton choix. Si tu n'as pas de friteuse: badigeonner les légumes avec de l'huile d'olive et les faire cuire au four préchauffé (à 200 ° C) pendant 25 à 30 minutes jusqu'à ce qu'ils soient dorés, en les retournant une fois à mi-cuisson.