

## Patates douces | Miso | Poireau



### Patates douces

**4 patates douces**

**Papier d'aluminium**

1. Envelopper les patates douces de papier d'aluminium et cuire au four pendant env. 30 minutes à 220 degrés. Laisser refroidir dans le papier d'aluminium, puis les éplucher.

## **Sauce Miso**

**60 g de pâte miso**  
**20 ml d'eau**  
**25 ml de vinaigre de riz**  
**15 ml de sauce soja**  
**10 g de gingembre râpé**  
**20 g de sésame grillé**  
**1 citron vert (zeste et jus)**

1. Bien mélanger le tout et mettre au frais.

## **Cœur de poireau**

### **2 poireaux blanchis**

1. Cuire au four env. 18 minutes à chaleur tournante à 230 degrés. Puis retirer la couche supérieure et n'utilisez que le cœur.

Tu as envie de cuisiner d'autres plats délicieux de #SharedKitchen?  
Dans ce cas, rends-nous visite sur notre site internet: [lovetoshare.ch](http://lovetoshare.ch)