

proposé par: lydie à mer 08 oct 2008 10:56:38 CEST



description

Une recette exotique...

ingrédients

- 600 grs de patates douces soit environ 2 patates

- 1 paquet de dés de jambon

- 50 grs de maasdamer

- 2 cuillères à soupe de crème fraîche

- Sel, poivre et noix de muscade

préparation

- Eplucher les patates douces et les couper en morceaux

- Cuire à l'autocuiseur à peu près 10 mn après le chuchotement

- Ensuite, les mettre dans un plat, les écraser, inclure la crème, le sel, le poivre et la noix de muscade

- Mettre dans un plat à gratin une couche de dés de jambon, une coupe de patates douces, etc...

- Raper le maasdamer et parsemer le plat

- Cuire au four 25 mn à 225° C

- Déguster encore chaud

remarques

- Vous pouvez mettre de la crème à peu d'indice calorique

- Remplacer le maasdam par tout autre fromage à pâte cuite

durée&nbsp;	45 min	difficulté&nbsp;	très facile
nb de personnes&nbsp;	4 personnes	assaisonnement	
origine pays/région&nbsp;		coût&nbsp;	
végétarien&nbsp;	0	sans lactose	0
diététique	0	sans gluten	0
kilo-calories		kilo-joules	
lipides		unités de glucides	
protéines		glucides	