

Salade de patate douce grillée, vinaigrette sésame et agrumes

du Chef Aurélien Poirot

Ingrédients :

- 1 grosse patate douce ou 2-3 moyennes
- 1 citron vert Bio
- 1 clémentine Bio
- Sésame grillé
- 4 cuillères à soupe d'huile de sésame
- 3 cuillères à soupe de Sauce soja
- 2 cuillères à soupe de miel
- Sel, poivre
- Quelques herbes



Instructions :

Riches en bêta-carotène, les patates douces à chair orange sont très bonnes pour la santé, voici une recette simple et originale.

Eplucher la patate douce et la couper en tranche d'un petit centimètre d'épaisseur. Les saler et les griller au Beegrill assez vivement pour une belle caramélisation. Vérifier la cuisson à l'aide d'une pointe de couteau et débarrasser les tranches sur une assiette.

Préparer la vinaigrette en râpant les zestes du citron vert et de la clémentine.

Presser les jus des agrumes, y ajouter le miel, la sauce soja, l'huile de sésame et les zestes, bien émulsionner cette sauce et napper les patates douces grillées. Parsemer de sésame grillé, quelques tours de moulin à poivre et quelques herbes (coriandre, basilic, ciboulette...).