

Légumes au four avec dip

Ingrédients :

- 3 pommes de terre
- 2 poivrons
- 3 carottes
- ½ Oignon
- 1 gousse d'ail
- 3 cuillères à soupe de fromage blanc
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- Huile d'olive
- Les épices : poivre, sel, paprika, romarin
- herbes fraîches

Matériel :

- grand bol
- petit bol
- éplucheur
- Couteaux
- Presse à ail
- cuillère à soupe
- Planche à découper
- Plaque de cuisson ou plat à four



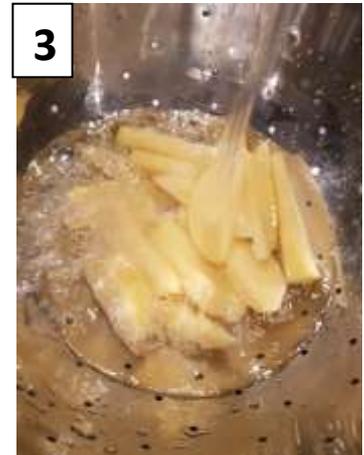
1

Préchauffez le four à 180 degrés.
Pelez les pommes de



2

Coupez les pommes de terre en fines tranches.



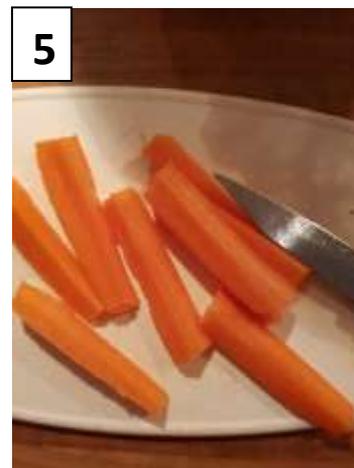
3

Lavez les pommes de terre et laissez-les égoutter.



4

Pelez les carottes



5

Coupez les carottes en bâtonnets



6

Lavez les poivrons et coupez-les en tranches.

7



Mettez les légumes dans un bol et ajoutez un peu d'huile d'olive

8



Ajoutez du sel

9



Ajoutez du poivre

10



Ajoutez du paprika en poudre

11



Ajoutez du romarin

12



Maintenant, mélangez bien tout

13



Étendre les légumes sur une plaque de cuisson

14



Coupez l'oignon en fines rondelles

15



Distribuez les rondelles d'oignon sur vos légumes

16



Ajoutez 3 cuillères à soupe de fromage blanc dans un petit

17



Ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche

18



Pelez l'ail et pressez-le dans le bol

19



Ajoutez un petit filet d'huile d'olive

20



Ajoutez du sel

21



Ajoutez du poivre

22



Vous pouvez couper et ajouter très finement des herbes fraîches de votre choix



**Nous vous souhaitons un bon
appétit ! 🍴**