

# MARINE-STYLE CRISPY FILET AVEC ÉPINARDS ET POMMES DE TERRE RÔTIÉS

## INGRÉDIENTS

1 paquet de Marine-Style Crispy Filet Garden Gourmet

400 g de petites pommes de terre (mélangées) (non pelées)

400 g d'épinards frais

1 petit oignon rouge

1 citron

1 gousse d'ail

1 petit bouquet d'aneth/persil

1 cuillère à soupe d'huile d'olive (pour la cuisson)

sel et poivre



2 PORTIONS



25 MIN



FACILE

Essayez ce mélange harmonieux d'épinards sautés, de pommes de terre rôties et de notre Crispy Filet. Tout simplement délicieux!

## PRÉPARATION

### 1. Préparation des pommes de terre

Préchauffez le four à 200°. Lavez et coupez les pommes de terre en deux et étalez-les sur une plaque à pâtisserie ou dans un plat.

### 2. Cuisson des pommes de terre

Arrosez-les d'huile d'olive, assaisonnez de sel et de poivre et faites-les rôtir au centre du four pendant environ 20 min. jusqu'à ce qu'elles soient tendres et dorées. Mélangez-les de temps en temps pendant la cuisson. Hachez finement les herbes et saupoudrez-les sur les pommes de terre rôties.

### 3. Cuisson des épinards

Hachez l'oignon et l'ail et faites-les revenir dans une grande poêle avec 1 cuillère à soupe d'huile jusqu'à ce qu'ils soient glacés. Ajoutez les épinards et les faire sauter jusqu'à ce qu'ils rétrécissent. Assaisonnez avec du sel et du poivre selon votre goût.

### 4. Cuisson du Marine-Style Crispy Filet

Faites frire le Marine-Style Crispy Filet des deux côtés dans environ 2 à 3 cuillères à soupe d'huile d'olive selon les instructions sur l'emballage jusqu'à ce qu'il soit doré et croustillant.

### 5. Dégustez!

Servez le Marine-Style Crispy Filet avec les épinards, les pommes de terre rôties, le reste des herbes et quelques tranches de citron.

**DÉCOUVRE D'AUTRES RECETTES SUR [GARDENGOURMET.CH/FR](https://gardengourmet.ch/fr)**