

# PATATES DOUCES FARCIES À LA MEXICAINE AVEC HACHÉ VÉGANE

## INGRÉDIENTS

- 1 paquet de Sensational Haché Garden Gourmet
- 4 grosses patates douces
- 2 avocats
- 1 oignon rouge
- 1 boîte de haricots noirs
- 4 cuillères à soupe de cubes de tomates (boîte)
- 1 gousse d'ail
- 1 citron vert
- Un peu d'huile d'olive
- Un peu de poudre de paprika
- Un peu de poudre de cumin
- 1 mangue (pour la sauce)
- 1 oignon rouge (pour la sauce)
- 1 piment jalapeno (pour la sauce)
- 1 poivron rouge (pour la sauce)
- Un peu de coriandre (pour la sauce)



Ces patates douces farcies véganes ont à la fois une touche épicée et sucrée que vous allez adorer! Préparez-les pour un barbecue et impressionnez vos invités!

## PRÉPARATION

### 1. Préparation des pommes de terre

Préparez les pommes de terre une demi-journée ou une journée entière à l'avance. Préchauffez le four à 200 °C. Enveloppez chaque patate douce dans du papier d'aluminium. Placez-les dans une lèchefrite et laissez-les rôtir pendant environ 45 minutes. Laissez-les refroidir.

### 2. Préparation du guacamole

Préparez le guacamole: épluchez et écrasez les avocats et mélangez-y l'ail finement haché et assaisonnez avec du sel, du poivre et beaucoup de jus de citron vert.

### 3. Préparation de la sauce à la mangue

Préparez la sauce à la mangue: coupez la chair le long du noyau et coupez-la en très petits cubes. Incorporez l'oignon rouge finement haché et le jalapeno (sans pépin) finement haché, le poivron rouge (sans pépin) et la coriandre.

### 4. Préparation de la viande hachée végans et haricots

Épluchez et hachez l'oignon. Faites frire la viande hachée avec l'oignon dans une poêle dans de l'huile et assaisonnez avec du sel, du paprika et du cumin en poudre. Égouttez les haricots noirs et ajoutez-les à la viande hachée avec les tomates en dés. Bien chauffer et laisser refroidir.

### 5. Garnir les pommes de terre et cuire

Ouvrez les pommes de terre et remplissez-les du mélange de viande hachée. Enveloppez-les légèrement de papier d'aluminium. Faites chauffer les pommes de terre farcies sur le barbecue pendant environ 15 minutes. Servez avec le guacamole et la salsa à la mangue. Garnissez de coriandre.

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