

# LES FRITES ALLÉGÉES ET CROUSTILLANTES AU FOUR DE PIERRE MARCHESSEAU

## La Recette

<https://www.cuisinedaubery.com/recipe/frites-allegees/>

Des frites en deux étapes pour un résultat allégé et croustillant

Difficulté : Niveau Facile

Cuisine : Cuisine Française

Plats : Plat Salé,

## Ingrédients

### Pour 2 personnes

1 kilogramme de Pommes de terre (patates)  
100 grammes d'Huile d'Arachide  
100 grammes d'Huile d'Arachide 10 Centilitres/100 Millilitres  
12 grammes de Sel  
20 grammes d'Ail en poudre

### Pour 3 personnes

1,5 kilogramme de Pommes de terre (patates)  
150 grammes d'Huile d'Arachide  
150 grammes d'Huile d'Arachide 15 Centilitres/150 Millilitres  
18 grammes de Sel  
30 grammes d'Ail en poudre

### Pour 4 personnes

2 kilogrammes de Pommes de terre (patates)  
200 grammes d'Huile d'Arachide  
200 grammes d'Huile d'Arachide 20 Centilitres/200 Millilitres  
24 grammes de Sel  
40 grammes d'Ail en poudre

### Pour 6 personnes

3 kilogrammes de Pommes de terre (patates)  
300 grammes d'Huile d'Arachide  
300 grammes d'Huile d'Arachide 30 Centilitres/300 Millilitres  
36 grammes de Sel  
60 grammes d'Ail en poudre

# LES FRITES ALLÉGÉES ET CROUSTILLANTES AU FOUR DE PIERRE MARCHESSEAU

## Instructions

Voici la recette en vidéo :