



Pommes de terre à la grecque

PORTIONS

4

TEMPS DE PRÉPARATION

50 minutes

TEMPS DE CUISSON

8 minutes

Information nutritionnelle

Par portion: calories 478; protéines 13 g; M.G. 17 g; glucides 71 g; fibres 6 g; fer 4 mg; calcium 223 mg; sodium 644 mg



Les pommes de terre farcies, un incontournable de la cuisine sur le grill! Vous raffolerez de cette version d'inspiration méditerranéenne.

Ingrédients

- 4 grosses pommes de terre Yukon Gold ou Russet (ou 4 grosses patates douces)
- 180 ml (3/4 de tasse) de feta émiettée
- 125 ml (1/2 tasse) d'épinards parés et émincés
- 80 ml (1/3 de tasse) d'olives Kalamata émincées
- 45 ml (3 c. à soupe) de yogourt grec nature 0%
- 30 ml (2 c. à soupe) de persil haché
- 30 ml (2 c. à soupe) de tomates séchées émincées
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- 15 ml (1 c. à soupe) d'origan haché
- 15 ml (1 c. à soupe) de zestes de citron
- sel et poivre au goût

[Sélectionner tous les ingrédients](#)

Préparation

- 1 Préchauffer le barbecue à puissance moyenne-élevée.
- 2 Laver les pommes de terre et les piquer en plusieurs endroits avec une fourchette. Envelopper les pommes de terre individuellement dans des feuilles de papier d'aluminium.
- 3 Déposer les pommes de terre sur la grille chaude du barbecue. Fermer le couvercle et cuire de 40 à 45 minutes, jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres.
- 4 Retirer les pommes de terre des feuilles de papier d'aluminium. Couper le dessus des pommes de terre, puis les évider à l'aide d'une petite cuillère en gardant un pourtour de chair de 1 cm (1/2 po). Réserver la chair retirée.
- 5 Dans un bol, mélanger le reste des ingrédients. Ajouter la chair retirée des pommes de terre et remuer.
- 6 Farcir les pommes de terre avec le mélange.
- 7 Placer les pommes de terre farcies sur un plateau d'aluminium et déposer sur la grille du barbecue. Cuire au barbecue à puissance moyenne-élevée de 8 à 10 minutes, couvercle fermé.

