



FLEURS DE COURGETTES EN TEMPURA

Pour une dizaine de fleurs :

15g maïzena - 60g farine T.45 ou T.55 - 1g bicarbonate alimentaire - 1/2g fleur de sel ou 1 pincée - Eau pétillante glacée - huile de pépins de raisin ou de tournesol -

Dans un bol verser tous les ingrédients secs. Tout en mélangeant avec des baguettes ou une cuillère magique, verser petit à petit la même quantité d'eau gazeuse glacée. Si la pâte a quelques grumeaux c'est normal. Cette pâte s'utilise sans attendre.

Chauffer l'huile entre 160°-170° dans un wok ou une friteuse. Tremper rapidement une à une les fleurs (queue coupée) dans la pâte, les plonger dans l'huile. Les retourner durant la cuisson, elles doivent être dorées (elles flottent à la surface soit 1 minute).

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr