

Papillons Pimentés



Ingrédients pour 2 plaques empreintes Papillons:

- 3 œufs
- 100 ml de vin blanc
- 3 cuillères à soupe d'huile
- 1 yaourt nature onctueux (maison)
- 250 g de farine
- 100 g de parmesan râpé
- 6 g de baking Powder (levure chimique)
- ½ cuillère à café de piment d'Espelette
- Sel (modéré)
- 10 g d'ail haché surgelé
- 10 g de mélange pour salade surgelé*

Préchauffer le four à 210°C - th 7.

Placer les empreintes Papillons sur la plaque alu perforée.

Dans un cul de poule, mélanger les poudres au fouet (pour égrener les grumeaux de parmesan) : farine, parmesan, ail, mélange pour salade, levure chimique et le piment d'Espelette.

Dans un autre cul de poule, battre les œufs, ajouter l'huile d'olive, le vin blanc et le yaourt nature.

Verser sur les poudres et mélanger grossièrement à la spatule ou au fouet.

Verser dans les empreintes au 2/3 à l'aide d'une poche à douille.

Enfourner 25 min. (si vous souhaitez un fond plat, poser la toile Silpat sur les empreintes pendant la cuisson).

Sortir les papillons, poser sur une grille à pâtisserie. Remplir avec le reste de préparation. Enfourner.

Variante : vous pouvez aussi ajouter des dés de jambon ou de tomates séchées. Mettre des ½ tomates cerise au fond avant de remplir de pâte pour le motif des ailes.



Idée présentation apéro : piquer sur des brochettes en bois et placer dans un vase rempli de gros sel ou sel coloré

