

BEIGNETS DE SALSIFIS

FACILE	Coût faible
Préparation : 20 minutes	Cuisson : 20 minutes
Pour 4 personnes	1 Cocotte, 1 friteuse

Ingrédients :

500 gr de salsifis*
 1 cuillerée à soupe de vinaigre**
 1 cuillerée à soupe de sucre**
 75 gr de farine**
 1 citron
 1 jaune d'œuf**
 10 cl de crème fraîche
 1 bouquet de persil
 huile pour friture
 sel**

Préparation :

- 1 - Laver les salsifis, puis les éplucher avec des gants et les couper en bâtonnets de 5 cm de long.
- 2 - Les faire cuire 15 minutes dans de l'eau bouillante additionnée de sel, de vinaigre et de sucre. Les égouttez et les laisser refroidir.
- 3 - Préparer une pâte assez molle avec la farine, du sel, le zeste du citron, le jaune d'œuf et la crème fraîche.
- 4 - À l'aide de deux fourchettes, plonger les salsifis dans la pâte, puis les jeter dans le bain de friture à th. 5 et les faire dorer 4 à 5 minutes.
- 5 - Jeter le persil lavé et effeuillé dans le bain de friture, le retirer au bout de 1 minute avec une écumoire, saler et garnir les salsifis pour présenter à table.
- 6 - Accompagner ces beignets d'une mayonnaise légère additionnée de fines herbes et de jus de citron.

*** Produits disponibles dans votre Panier Bio**

**** Produits disponibles chez Panier Naturel**