

RECETTE DE MISTER RENARD



CUISINER EN FAMILLE



≡ ONION RINGS* ≡



15 - 20 MINUTES



FACILE



4 PERS

TRÈS POPULAIRES AUX ÉTATS UNIS, LES ONION RINGS* SONT SOUVENT SERVIS EN ACCOMPAGNEMENT DU BURGER, VOIR COMME ALTERNATIVE AUX FRITES. ON PEUT AUSSI SIMPLEMENT LES PROPOSER EN ENTRÉE OU EN APÉRITIF. FACILES À FAIRE, ON LES APPRÉCIE POUR LEUR CÔTÉ CROUSTILLANT.



INGRÉDIENTS :

- 1 à 2 oignons moyens
- 100 gr de farine
- 1 oeuf
- 1/2 sachet de levure chimique
- 1 cuil à café de sel
- 10 cl de lait
- Huile de friture
- env. 100 gr de chapelure (pain rassi ou biscotte).

(L'objectif est de cuisiner en famille. Bien sûr, il est de la responsabilité de chaque parent de répartir les tâches entre adultes et enfants. Par exemple, les étapes 1 et 8 doivent impérativement être réalisées par un adulte).

*ONION RINGS = BEIGNETS D'OIGNONS



RECETTE :



- ❶ Épluchez l'oignon puis le couper en rondelles d'1 à 2 cm d'épaisseur. Détachez les anneaux ("rings") les uns des autres.
- ❷ Dans un bol, mélangez la farine, la levure chimique et le sel.
- ❸ Trempez les rondelles d'oignons ("onion rings") dans ce premier mélange puis réservez-les.
- ❹ Incorporez l'oeuf et le lait au reste du mélange précédent et fouettez jusqu'à obtenir une pâte homogène.
- ❺ Trempez les rondelles d'oignons farinées dans ce mélange de manière à bien les napper. Vous pouvez le faire à l'aide d'une fourchette.
- ❻ Enlevez l'excédent. Pour cela, on peut par exemple poser les onion rings sur une grille jusqu'à ce que l'excès de pâte soit parti.
- ❼ Roulez les anneaux un par un dans la chapelure pour bien les enrober.
- ❽ Faites chauffer l'huile dans une friteuse ou une poêle. Plongez-y alors les onion rings par petites quantités pour qu'ils ne se chevauchent pas dans la poêle. Laissez cuire pendant 2 à 3 minutes en prenant soin de les retourner. Ils doivent être colorés. Les égoutter ensuite sur du papier absorbant.
- ❾ Servez chaud et accompagné de sauce ketchup, mayonnaise ou barbecue.





PHOTOS :



1



6



7



8



9