

les recettes d'Alice

Fish and chips

Lanières de thon et pommes rubans

INGREDIENTS

1 kg de pommes de terre farineuses, pelées
500g morceau de thon frais
huile végétale, pour la friture



4 personnes



Traditionnel



Plat annuel



Économique



15 minutes



20 minutes



Facile

MATERIEL NECESSAIRE

Econome .friteuse. Écumeiro

PREPARATION ET REALISATION

1- Pour les pommes rubans, découpez chaque pomme de terre en rondelles de 1 cm d'épaisseur, puis avec un épluche légumes, découpez de longues lanières autour de chaque rondelle. Coupez ces lanières en segments, attachez-les en nœuds ou en bouches puis mettez-les dans un saladier d'eau froide.
2- Rincez et égouttez les pommes rubans 2 ou 3 fois, puis séchez-les bien avec des torchons
3- passer à la friture à 190°, égouttez bien sur un papier absorbant.

CONSEILS ET ASTUCES

La recette originale utilise du haddock ou de la morue.

les recettes d'Alice

Pâte au sésame

Mayonnaise au citron et sésame

INGREDIENTS

50 gr de graine de sésame
2 jaunes d'oeufs
50 cl d'eau glacé
250 g farine
1 cc huile de sésame
1 jaune d'oeuf
1 cs jus citron
½ cc moutarde
15 cl d'huile végétale
zeste d'un petit citron



Facile

MATERIEL NECESSAIRE

Mixer

PREPARATION ET REALISATION

1- Pour la pâte, mettez d'abord les graines de sésame dans une poêle sèche et faites sauter à feu doux, sans cesser de remuer, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Réservez.2- Pour la mayonnaise, passez au mixer le jaune d'œuf, le jus de citron et la moutarde jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Mélangez les 2 huiles et versez en filet dans le mélange à œuf tout en mixant. Lorsque la mayonnaise est épaisse versez-la dans un bol et incorporez le zeste de citron, salez et poivrez.3 Pour terminer la pâte, mettez les jaunes dans un bol, ajoutez un peu d'eau ,remuez, ajouter le reste d'o fouettez. Ajoutez la farine et le sésame. Farinez les lanières de thon, trempez-les dans la pâte puis plongez-les dans la friture à 190° de 2 à 3 min. Egouttez sur du papier absorbant , servez avec les pdt en rubans et la mayonnaise au citron

CONSEILS ET ASTUCES

Le meilleur des fis hand chips est celui que l'on achète dans les petits villages écossais, emballé dans du papier journal, salé et vinaigré, que l'on déguste sur la digue

Alice Délice



Alice Délice

