

Beignets de courgettes, sauce au brocciu, menthe et citron

Recette pour 12

Description

Des beignets de courgettes légers et dorés, préparés avec une pâte aérienne aux blancs d'œufs montés, accompagnés d'une sauce fraîche au brocciu, au citron et aux herbes.

L'astuce du chef

Vous pouvez proposer cette recette sans gluten en remplaçant la farine de blé par de la farine de châtaigne. Si vous ne trouvez pas de brocciu, remplacez-le par de la ricotta, idéalement de brebis.

Lorsque vous clarifiez les œufs, veillez à ce qu'aucune trace de jaune ne se retrouve dans les blancs. Le gras contenu dans le jaune empêcherait les blancs de monter correctement. Des blancs bien montés permettent d'incorporer davantage d'air à la pâte et d'obtenir des beignets plus légers.

Ingrédients

Pour les beignets

- 300 Gr Courgette
- 150 Gr Farine
- 130 Ml Lait
- 2 Unité(s) Oeuf
- 35 Ml Huile d'olive
- 6 Gr Poudre à pâte
- Sel et poivre

Pour la sauce of brocciu

- 1 Unité(s) Oignon
- 1 Unité(s) Citron
- 50 Gr Brocciu
- 4 Branche(s) Persil
- 2 Branche(s) Menthe
- 50 Ml Huile d'olive
- Sel et poivre

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**
- Temps de repos **15 mins**

Mise en place

- Lavez la courgette puis taillez-la en fine julienne, à l'aide d'une mandoline si désiré.
- Zestez le citron, puis pressez-le afin d'en récupérer le jus.
- Hachez finement le persil et la menthe.
- Clarifier les œufs afin de séparer le blanc du jaune.

Préparation des beignets

Dans un bol, fouettez les jaunes d'œufs avec le lait et l'huile d'olive.

Incorporez la farine et la poudre à pâte, puis mélangez jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.

Dans un autre bol, fouettez les blancs d'œufs jusqu'à ce qu'ils soient bien fermes, puis incorporez-les délicatement à la première préparation à l'aide d'une maryse.

Ajoutez la julienne de courgette et mélangez délicatement. Laissez reposer la préparation au réfrigérateur pendant 15 minutes.

Pour la sauce

Râpez finement l'oignon.

Dans un bol, mélangez le brocciu avec l'oignon râpé, le jus et le zeste de citron, le persil et la menthe hachés, puis l'huile d'olive.

Assaisonnez de sel et de poivre, puis mélangez jusqu'à l'obtention d'une sauce homogène.

Cuisson des beignets

Faites chauffer la friteuse. À l'aide de deux cuillères à soupe, formez de petites portions de pâte et déposez-les délicatement dans l'huile chaude afin d'éviter les éclaboussures.

Faites frire les beignets jusqu'à l'obtention d'une coloration bien dorée sur toutes les faces.

Égouttez-les quelques secondes, salez-les légèrement, puis déposez-les sur une plaque recouverte de papier absorbant. Répétez l'opération avec le reste de la préparation.

Montage

Répartissez la sauce au brocciu dans les assiettes à tapas.

Disposez les beignets de courgettes sur la sauce et servez aussitôt.

Bon appétit!