

# Pakorras aux légumes

Recette pour 4 personnes

## Description

Beignets d'origine indienne aux légumes agrémentés d'épices.

## L'astuce du chef

On peut utiliser pratiquement n'importe quel légume pour cette recette. La farine de pois chiche est étanche et il n'y a pas d'absorption d'huile par les aliments.

## Ingrédients

### Pour les pakoras

- 1 Unité(s) Brocoli
- 1 Unité(s) Chou-fleur
- 1 Unité(s) Courgette
- 1 Unité(s) Aubergine
- 100 Gr Farine de pois chiches
- 35 Gr Farine
- 5 Ml Poudre à pâte
- 5 Ml Curcuma
- 10 Ml Garam masala
- 10 Unité(s) Concombre
- 180 Ml Eau
- 500 Ml Yogourt grec
- 2 Branche(s) Menthe
- 10 Ml Flocons de chili
- 10 Unité(s) Concombre
- 1 Gousse(s) Ail
  
- Sel et poivre

## Préparation

- Temps de préparation **30 mins**
- Préchauffez votre **Friteuse** à **350 F°**

### Pour la mise en place

Dans un grand cul de poule, mélanger tamiser les farines, poudre à pâte, sel et les épices. Ajouter assez d'eau pour obtenir une texture de pâte à crêpes épaisses. Laisser reposer au frigo 30 minutes. Blanchir les chou fleur et les brocolis et bien égoutter. Tailler les courgettes en lanière et les aubergine en demi-lune environ 1,5cm d'épais.

### Sauce rata traditionnelle

Passer le concombre sur la râpe et bien essorer pour retirer l'excédent d'eau. Haché la menthe et l'ail. Mélanger au yogourt et laisser macérer une heure au frigo.

### Pour les pakoras

Paner les aliments dans la panure et les plonger dans l'huile chaude jusqu'à ce qu'il soit bien coloré. Étendre sur plaque avec papier absorbant le temps de finir tout les légumes. Servir chaud avec la sauce au yogourt en accompagnement.

**Bon appétit!**