

Beignets de fleur de courgette (recette de Thierry Marx)

C'est bientôt la fin des vacances et des dernières fleurs de courgette. En promenade au merveilleux marché provençal du vieux Valbonne dans les Alpes maritimes j'ai trouvé ces petits diamants qui n'attendaient qu'à être cuisinés. Alors si ce n'est pas déjà fait on en profite vite en réalisant de délicieux beignets que vous servirez en apéritif ou en entrée!



fleur de courgette

Cette recette du chef Thierry Marx est tiré du livre « Plats de chefs à la maison » d'Annabelle Schachmes qui rassemble les

Le livre est disponible dès maintenant ici, en version brochée ou en version Kindle. Cliquez sur le lien ci-dessous pour le commander.

« Verrines et bouchées gourmandes pour un apéritif réussi! »



Ingrédients pour 4 personnes

- 16 fleurs de courgette
- 3 œufs
- 250 g de farine
- 33 cl d'eau glacée
- Huile d'arachide ou de colza
- Sel et poivre

Préparation : 5 min (+cuisson 10 à15 minutes)

- Préparez la pâte à frire: commencez par battre les œufs pour qu'ils moussent un peu, puis passez-les au chinois.
- Ajoutez la farine et mélangez.
- Ajoutez 1 pincée de sel et l'eau bien glacée, puis mélangez jusqu'à obtenir la texture d'une pâte à crêpes.
- Trempez les fleurs de courgette dans la pâte, égouttez bien puis faites-les frire dans l'huile (neuve)

d'arachide ou de colza à 150 °C. Laissez-les 2 à 3 minutes, jusqu'à ce que les beignets soient bien dorés et croustillants.

- Déposez-les sur du papier absorbant pour retirer l'excédent d'huile.
- Assaisonnez de sel et de poivre immédiatement après les avoir sortis du bain d'huile, et servez aussitôt.

Recette extraite de l'ouvrage *Plats de chefs à la maison !* d'Annabelle Schachmes chez Solar éditions (18€)