Recette

Tempura de chou-fleur

Rencontre entre un plat typiquement japonais et un légume suisse

20 Min.
Temps de préparation

35 Min.
Temps total

Ingrédients pour 4 personnes

TEMPURA

- 2 **œufs, battus**
- 4 dl **d'eau, du réfrigérateur**
- 160 g **de farine blanche**
- 80 g **de fécule de maïs**
- un peu **de sel**
- 2 **choux-fleurs, en rosettes** De saison
- 1 l **d'huile de friture**

DIP

- 100 g **de mayonnaise**
- 2 cs **de pâte de miso**
- 1 cc **d'huile de sésame**

GARNITURE

- 1 **peperoncino rouge, en fines rondelles, égrené**
- 1 **oignon botte, en fines rondelles** De saison

Voici comment faire

1 de 3

TEMPURA Mélanger brièvement les œufs avec l'eau, la farine, la fécule et le sel avec le fouet. La pâte doit être légèrement grumeleuse. Tourner par portion les rosettes de chou-fleur dans la pâte, faire frire pendant 2 à 3 minutes dans l'huile à 180 °C jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes et faire égoutter sur du papier absorbant.

2 de 3

DIP Mélanger la mayonnaise avec le miso et l'huile de sésame.

3 de 3

TERMINER Saupoudrer le tempura de peperoncino et d’oignon et servir avec le dip au miso.