

Beignets de chou pancaker de Touraine



Les jeunes réveillent LES TRÉSORS VIVANTS

6^{ème} édition des rencontres
culinaires de l'école inclusive



**ACADÉMIE
D'ORLÉANS-TOURS**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

www.tresorsvivantsducentre.com

RECETTE DES 3^{ÈME} SEGPA
DU COLLÈGE BALZAC
À ISSOUDUN

CRÉDIT PHOTO : JULIE BÉAL



Région
Centre-Val de Loire



CONSEIL NATIONAL
DE LA MISSION DE LA RÉPUBLIQUE



Beignets de chou pancalier de Touraine



Pour 20 beignets :

- 1/2 chou
- 300 g de farine
- 4 œufs
- 250 mL d'eau
- 4 gousses d'ail
- Huile pour friture (un verre)
- 1/2 sachet de levure
- 100g de gruyère râpé
- 2 oignons
- 2 cuillères à café de persil frais haché
- sel, poivre

Effeuillez le chou, enlevez le trognon, lavez-le et égouttez-le. Râpez le chou très finement. Lavez le persil, hachez-le. Epluchez et hachez les oignons.

Préparez la pâte à beignet en versant dans un saladier la farine, la levure et les œufs entiers. Mélangez.

Ajoutez le sel, le poivre, l'oignon et le persil haché. Versez petit à petit l'eau et mélangez bien pour obtenir une pâte lisse. Ajoutez le gruyère râpé, le persil haché, les oignons hachés, l'ail, le sel, le poivre et enfin le chou râpé.

Faites chauffer l'huile dans une poêle.

Formez des boules de pâte avec une cuillère et plongez-les dans l'huile bien chaude.

Faites cuire 3, 4 minutes sur les deux faces. Les beignets doivent être dorés.

Déposez-les sur un plat avec du papier absorbant.

Ils peuvent être réchauffés quelques minutes au four, ou dégustés directement après cuisson.