

Ingredients

- 20 SARDINES SPAINASOL
- 1 ŒUF
- 100G FARINE
- 3 CUILLÈRES À SOUPE HUILE D'OLIVE
- 1 BAIN DE FRITURE
- 2 POTS DE YAOURT NATURE
- 1 CITRON



Préparation

1. BATTEZ L'ŒUF AVEC UNE FOURCHETTE DANS UN SALADIER. MÉLANGEZ-LE AVEC LA FARINE, 2 CUIL. D'HUILE, PUIS DÉLAYEZ AVEC 10 CL D'EAU GLACÉE.
2. FAITES CHAUFFER LE BAIN DE FRITURE À 180 °C. PASSEZ LES SARDINES DANS LA PÂTE PUIS PLONGEZ-LES PAR PETITES QUANTITÉS DANS LA FRITURE.
3. CUISEZ-LES 4 MIN EN LES RETOURNANT. RETIREZ-LES AU FUR ET À MESURE AVEC UNE ÉCUMOIRE. EGOUTTEZ-LES ET ASSAISONNEZ-LES DE FLEUR DE SEL.
4. SERVEZ LES BEIGNETS ACCOMPAGNÉS DE SAUCE COMPOSÉE DU YAOURT MÉLANGÉ AVEC LE ZESTE RÂPÉ DU CITRON, 1 FILET DE JUS DE CITRON.
5. **BON APPÉTIT!**



4 PERS

🕒 20MN

La recette vidéo

