



Voilà l'été et avec lui, les courgettes dont la fleur préparée en beignet est un véritable régal. Simple et rapide à réaliser, et aussitôt mangé. Prévoyez-en toujours un peu plus, il est souvent bien difficile de s'arrêter...

Beignets de fleurs de courgettes

Ingrédients

- fleurs de courgettes fraîches (environ 6 à 8 par personne ou davantage pour les plus gourmand.e.s)
- sel non raffiné ou fleur de sel

Ingrédients pour la pâte à beignets

- 125 g de farine
- 1 œuf entier
- 10 cl. de lait végétal ou de vache
- 1 c. à s. d'huile d'olive douce

Recette

- Mixer les ingrédients pour la pâte, jusqu'à obtenir un mélange homogène
- Tremper rapidement les fleurs de courgettes une par une dans la pâte, laisser égoutter et réserver sur une grande assiette, sans les superposer
- Faire chauffer un fond d'huile d'olive, faire frire les beignets, une fois encore, sans les superposer, jusqu'à ce qu'ils soient dorés
- Disposer les beignets sur un papier absorbant, les saler légèrement et les manger chaud

Bon appétit