

“Nuggets” de ris de veau

Une bouchée croustillante et fondante à base de ris de veau, parfaite pour surprendre à l'apéro.

Ingrédients :

200 g de ris de veau

1 œuf

Chapelure

Huile pour friture

1 citron

Sel, fleur de sel

Préparation :

1. Coupez le ris de veau en petits cubes (inutile de les blanchir).
2. Battez l'œuf avec un peu de sel dans un bol.
3. Passez les morceaux de ris de veau dans l'œuf, puis dans la chapelure.
4. Répétez l'opération pour une double panure.
5. Réservez les bouchées jusqu'à cuisson.
6. Dans une casserole, chauffez 2 cm d'huile à 180°C.
7. Faites frire les bouchées jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.
8. Égouttez sur du papier ménage et terminez la cuisson 10 minutes au four à 160°C.
9. Saupoudrez de fleur de sel et servez avec un quartier de citron ou une sauce de votre choix.

Astuces du chef :

- Ajoutez du zeste de citron dans la chapelure pour une touche parfumée.
- Servez avec une mayonnaise à la moutarde ou une sauce tartare.
- Ces bouchées peuvent être préparées à l'avance et réchauffées au four.

Calories

—
~340

kcal/portion

Pour

—

4 personnes

Préparation

—

15 min

Cuisson

—

15 min

Difficulté

—

Facile

Allergènes

—

Œuf,
gluten