

Mes beignets de courgette

<http://www.lafeecreative.com/2023/10/mes-beignets-de-courgettes.html>

Pour 4 personnes.

Les ustensiles que je cite sont de la marque « Tupperware ».

Ingrédients :

2	Courgettes râpées
3	Œufs
100 ml	Lait
50 ml	Huile d'olive
4 Cuil. à soupe	Farine
1 cuillère à café	Levure chimique
A convenance	Sel et Poivre + gros sel
Facultatif	Epices : curry, cannelle, muscade, 4 épices ...
	Fines herbes : persil, ciboulette ...



Préparation :

1. Mettre les courgettes saupoudrées de gros sel dans une passoire pour les faire dégorger pendant 1 heure.
2. Au bout d'une heure, bien rincer les courgettes et les presser dans un torchon pour bien les essorer. Il doit rester le moins d'eau possible afin de ne pas détremper la préparation.
3. Dans un saladier, battre les œufs entiers. Ajouter le lait et l'huile d'olive. Bien mélanger.
4. Ajouter à l'appareil, la farine, la levure et l'assaisonnement que vous aurez choisi.
5. Bien mélanger à nouveau, la préparation doit être lisse (genre pâte à crêpes)
6. Ajouter la courgette. Mélanger.
7. Mettre une huile neutre (tournesol ou pépins de raisin) à chauffer dans une poêle et, à l'aide d'une cuillère à soupe, y déposer des « paquets » de pâte. Cuire 2 à 3 minutes par face.

Se déguste chaud, tiède ou froid, à l'apéritif, en entrée ou en accompagnement.

Bon appétit !