

PAKORA D'ÉPLUCHURES

INGRÉDIENTS POUR 20 PETITS BEIGNETS



- Des épluchures de légumes racines Bio: carottes, panais, pommes de terre...
- 3 cuillères à soupe de farine de pois chiche
- 1 cuillère à soupe de farine de riz
- ½ cuillère à café de graines de cumin
- 1 cuillère à café rase de curry en poudre
- 1 cuillère à café rase de paprika en poudre
- ½ cm d'huile de colza ou de tournesol oleïc (spécial friture)
- Sel



1/ Conserver les épluchures de légumes racines comme les carottes, carottes jaunes, panais ou pommes de terre.

2/ Laver deux fois à l'eau tiède les épluchures puis les égoutter et les sécher sur un torchon propre.

3/ Les tailler grossièrement pour ne pas avoir de morceaux trop longs, de façon à pouvoir façonner facilement de petits beignets en fin de recette.

4/ Dans un bol, mélanger trois cuillères à soupe de farine de pois chiche et une cuillère à soupe de farine de riz.

5/ Ajouter : ½ cuillère à café de graines de cumin, 1 cuillère à café rase de curry en poudre et 1 cuillère à café rase de paprika en poudre.

En option et selon votre goût, vous pouvez ajouter un petit morceau de gingembre haché et quelques pluches de coriandre fraîche.

6/ Saler et remuer de façon à obtenir un mélange homogène.

7/ Ajouter de l'eau petit à petit jusqu'à obtenir une texture de pâte à beignet tout en remuant.

8/ Dans un grand saladier, placer toutes vos épluchures et verser en plusieurs fois la pâte à beignet tout en remuant.

9/ Faites préchauffer une poêle avec un demi centimètre d'huile neutre (colza ou tournesol).

10/ Former des petits beignets et les faire rissoler dans la poêle jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés sur les deux faces.

11/ Débarrasser les sur un papier absorbant et saler les à chaud.

→ Bon appétit !