



## Beignets de fleurs de sureau

🕒 Mise en place et préparation: env. 20 min

🕒 Laisser gonfler: env. 30 min

portion (1/4): 239 kcal, lip 13 g, glu 20 g, pro 6 g

### Ingrédients

pour 4 personnes

**80 g de farine**  
**2 c.s. de sucre**  
**0.25 c.c. de sel**  
**0.75 dl de Prosecco** ou d'eau minérale gazeuse  
**2 jaunes d'œufs frais**

---

**2 blancs d'œufs frais**  
**1 pincée de sel**

---

**huile** pour la friture  
**12 ombelles de fleurs de sureau** (voir Suggestion)  
**sucre glace** pour le décor

### Comment c'est fait:

1. Mélanger dans un grand bol farine, sucre et sel. Verser le prosecco, lisser au fouet. Incorporer les jaunes d'œufs, laisser reposer la pâte env. 30 min à couvert.
2. Monter les blancs d'œufs en neige ferme avec le sel, incorporer délicatement à la pâte.
3. Friture: remplir une cocotte d'huile jusqu'à  $\frac{1}{3}$  de sa hauteur, faire chauf-fer à env. 180°C. Tremper les ombelles une à une dans la pâte, égoutter et faire dorer par portions env. 30 s dans le bain de friture. Retirer les beignets, égoutter sur du papier absorbant. Poudrer de sucre glace, savourer sans attendre.

---

Mélanger dans un grand bol farine, sucre et sel. Verser le prosecco, lisser au fouet. Incorporer les jaunes d'œufs, laisser reposer la pâte env. 30 min à couvert. Monter les blancs d'œufs en neige ferme avec le sel, incorporer délicatement à la pâte. Friture: remplir une cocotte d'huile jusqu'à  $\frac{1}{3}$  de sa hauteur, faire chauf-fer à env. 180°C. Tremper les ombelles une à une dans la pâte, égoutter et faire dorer par portions env. 30 s dans le bain de friture. Retirer les beignets, égoutter sur du papier absorbant. Poudrer de sucre glace, savourer sans attendre.

---