



anou <http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Encornets frits .



Ingrédients pour 2 personnes :

- 1 citron
- 2 gros œufs
- 300 g de calamars surgelés
- 50 g de farine
- Huile d'olives
- Sel, poivre, curry

- Préparer une marinade : jus de citron + huile + sel + poivre + curry
- Couper les calamars en rondelles (ou acheter des encornets) et laisser macérer 30 minutes
- Sécher les calamars sur du papier absorbant puis paner : passer les calamars dans la farine, ...
... puis dans les œufs battus en omelette et à nouveau dans la farine
- Retirer délicatement l'excédent de farine
- Dans un faitout chauffer l'huile puis faire frire quelques minutes les calamars panés, retourner fréquemment
- Lorsqu'ils sont bien dorés, les disposer sur du papier absorbant. Servir chaud avec du riz ou une salade

Astuces : si comme moi vous n'avez pas de friteuse et qu'en plus la friture c'est pas votre mode de cuisson favori, faites frire les calamars dans une casserole, juste le temps de bien former la chapelure. Sécher, et poursuivre la cuisson au four 15 minutes à 180°C. Pour ne pas être embêté avec cette pâte à friture utiliser 2 sacs congélation : dans les 2 disposer de la farine. Effectuer les opérations de chapelure en transvasant les calamars de sac en sac, en rajoutant entre temps les œufs battus

