

Bouchées boeuf et courgette



Préparation :

15 min

Cuisson :

10 min

Ingrédients :

200 g de viande hachée
2 cuillères à soupe de farine
1 cuillère à café de poudre levante
1 jaune d'oeuf
125 ml de lait
1 ou 2 gousses d'ail finement hachées
2 cuillères à café de graines de fenouil écrasées
1 grosse courgette rapée
2 cuillères à soupe de persil plat finement haché
huile sel et poivre

Préparation :

Dans un petit saladier, mélanger la farine, la poudre levante, l'oeuf et le lait pour faire une pâte à beignets. Mélanger tous les autres ingrédients, sauf l'huile, et former une vingtaine de bouchées. Faire chauffer l'huile dans une sauteuse anti adhésive. Tremper chaque bouchée dans la pâte à beignets et faire frire 4 à 5 minutes de chaque côté.