

BEIGNETS COUPE-FAIM

Pour 4 personnes
Préparation : 30 minutes
Cuisson : 5 min
- de 5 €

Ustensiles :

- 1 casserole
- 1 poêle
- 1 saladier
- 1 couteau

Ingrédients :

- 1 sachet d'oignons émincés surgelés
- 1 poignée de haricots verts
- 1 grosse carotte
- 2 champignons
- 1 1/2 mug de farine (150g)
- 1 œuf
- Huile

Susie et Boris sont de gros mangeurs. Pizzas, sandwichs de 5 étages tout y passe même ce qui est périmé...Prenez les devants en leur proposant un plat qui remplit bien mais qui est sain !

1. Faites tremper les champignons dans l'eau chaude pendant 20 minutes. Pendant ce temps, pensez à cacher toute nourriture pouvant tomber sous la main de ce couple infernal !
Tranchez la carotte en bâtonnets et attalez-vous à la préparation de la pâte à beignets.
2. Versez la farine dans un saladier puis ajoutez un œuf et un peu d'eau.
3. Ajoutez les légumes préalablement cuits dans une poêle et remélangez bien !
4. Formez maintenant des petits tas ressemblant à des beignets. De toute façon, ils mangeront le plat même si cela ressemble à rien !
5. Glisser chaque beignet dans une casserole d'huile chaude pour les frire pendant 5 minutes et égouttez-les sur du papier absorbant. En espérant qu'il y en ait assez pour sustenter la faim de ces ventres sur pattes !

