

# Pakoras d'aubergines

foodType.0101



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :45 min

Temps de cuisson/repos :10 min

Calories par portion : 134.25 Kcal

Charge glycémique par portion: 16.03

## Les ingrédients

- 2.0 u Aubergine
- 1.0 u Oeuf
- 100.0 gr Farine de blé à levure incorporée
- 2.0 cs lait demi écrémé
- 1.0 p Sel
- 1.0 p Poivre

## Préparation des aubergines

Laver les aubergines et les couper en fines rondelles. Les saler et les laisser dégorger pendant au moins 30 minutes. Les éponger soigneusement.

## Préparation de la pâte à beignet

Dans un saladier, mélanger : l'oeuf, la farine et le lait pour avoir une pâte lisse mais épaisse. Saler et poivrer à votre convenance.

Passer les aubergines dans la pâte à beignet.

## Cuisson

Dans un huile à friture, faire dorer les pakoras d'aubergine.

## Présentation

Servir très chaud pour un apéritif avec une sauce pimenté.