

Beignets de moule

Par Dina Nikolaou



Niveau de difficulté	Facile
Coût	Abordable
Temps de préparation	10 min
Temps de cuisson	30 min

Catégories : Poissons crustacés et fruits de mer, Apéritifs, Recette de chef, Recettes du monde

Pour cette recette de beignets de moule, choisissez des moules de belle taille ou assemblez-les par trois ou quatre si elles sont trop petites...

Pour 4 personnes

Ingrédients

Pour la recette des beignets de moule :

500 g Moule d'Olympiada

décoquillée et nettoyée

150 g Farine

50 g Farine de maïs

33 cl Bière à température ambiante

1 c. à café Graine de fenouil

1 c. à café Paprika sucré

Sel et poivre du moulin

Huile d'olive pour la friture

Réalisation

- 1 Commencez cette **recette de beignets de moule** en disposant la chair des moules dans une passoire pour bien les égoutter. Dans un saladier, tamisez les deux farines ensemble. Ajoutez les graines de fenouil, le paprika, un peu de sel et beaucoup de poivre fraîchement moulu. Versez la bière en remuant avec un fouet jusqu'à ce que vous obteniez une pâte assez liquide.
- 2 Dans une sauteuse, faites chauffer de l'huile d'olive pour pouvoir réaliser une friture. Prélevez 2 **moules** ensemble. Trempez-les dans la pâte en les collant bien l'une contre l'autre et plongez-les dans l'huile chaude. Faites-les frire 2 min jusqu'à ce qu'elles prennent une belle couleur dorée. Retirez-les avec une écumoire et égouttez-les sur du papier absorbant. Recommencez jusqu'à épuisement. Dégustez bien chaud.

Le saviez-vous ? Les moules d'Olympiada sont particulièrement gorgées de nutriments, protéines et d'oméga 3. Faibles en gras, elles sont aussi trois fois plus riches en fer que le foie de veau.



Si vous avez aimé nos beignets de moule...

- Vous aimerez aussi nos **moules au cidre et à la crème**



- Nos moules de bouchot, sauce citron

A lire aussi

- > [Parmentier de carbonnade flamande](#)
- > [Gratin de moules aux blettes](#)
- > [Triangles au fromage du maquis](#)
- > [Moules de bouchot à la moutarde](#)
- > [Comment choisir et préparer les coquillages ?](#)
- > [Nage crémeuse de coquillages au yuzu](#)

Source : Régal n°84

Publié le 09/10/2018

Tags : moule beignet bière