



Croustillants de tripes et mayonnaise au citron



Mon choix.

 Durée totale: 55 min

 Temps actif: 15 min

 Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

400 g tripes de bœuf suisse (commander à l'avance)
2 pincées sel
2 pincées poivre noir du moulin
2 œufs
400 g farine
200 g chapelure
4 dl huile d'arachide

Mayonnaise au citron

2 jaunes d'œufs
1 cc moutarde
1 cc vinaigre
300 ml huile de tournesol HO
1 cc sel
1 pincée poivre noir du moulin
5 g sucre
1 citron bio

Préparation

- 1** Faire bouillir les tripes pendant 40 minutes, les refroidir, les égoutter, les saler et les poivrer.
- 2** Mettre les œufs, la farine et la chapelure dans trois assiettes distinctes.
- 3** Passer d'abord les tripes dans la farine de chaque côté, puis dans l'œuf battu, et enfin dans la chapelure en pressant bien.

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

1479 kcal
40 g de protéines
107 g de glucides
97 g de lipides

 Contient du gluten

 sans lactose

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.



Mon choix.

- 4 Faire dorer les tripes panées dans de l'huile d'arachide à 180° C.
- 5 Pour la mayonnaise au citron: mettre les jaunes d'œufs, la moutarde, le vinaigre, l'huile de tournesol, le sel, le poivre et le sucre dans le bol du mixeur et mixer brièvement.
- 6 Pour finir, laver le citron, puis incorporer son zeste et son jus à la mayonnaise et servir avec les tripes.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.