

# FRITES D'AUBERGINES

Septembre 2005 (Actualisé en janvier 2017)

## Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 600 g d'aubergines (2 pièces)
- ★ 2 œufs
- ★ 2 citrons jaunes
- ★ 5 cuillères à soupe de chapelure blonde
- ★ 2 cuillères à soupe de farine
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Bain de friture, 3 coupelles, 2 Bols, Araignée

Préparation : 10 mn

Cuisson : 30 mn

Difficulté : Très facile

Coût (indicatif) : 2,00 € (soit 0,50 € par personne)



## Recette :

Faire chauffer le bain d'huile. Presser les citrons dans un bol. Laver les aubergines et les sécher. Ôter les pédoncules. Couper la chair en tranches de 1 cm d'épaisseur en conservant la peau et chacune de ces tranches en bâtonnets de 1 cm de large, les passer dans le jus de citron. Casser les œufs dans un bol et les battre en omelette. Disposer trois soucoupes côte à côte. Dans la première placer la farine mélangée avec un peu de sel fin et de poivre moulu, dans la seconde les œufs battus, dans la troisième la chapelure. Passer les frites d'aubergines dans chacune des soucoupes (farine, puis œuf, puis chapelure) en les enrobant bien de chacun des ingrédients. Les plonger par 5 ou 6, pendant 2 minutes dans l'huile chaude. Les prélever avec une araignée, les égoutter sur du papier absorbant et les réserver au chaud.

A servir en accompagnement de viande d'agneau cuite au four (épaule, selle, gigot), de porc grillé, de volailles rôties ou de poissons grillés.

📌 Cuite ainsi, la chair d'**aubergine** reste très moelleuse et ne se gorge pas d'huile. Choisir de préférence à l'achat de petites aubergines (elles ont moins de pépins et une chair moins amère), bien lisses et luisantes, de couleur uniforme, avec un pédoncule bien vert et épineux (signe de fraîcheur). La chair d'aubergine s'oxyde très vite, c'est pourquoi on la citronne.