



LA FRITEUSE

—
Nos recettes !

frifri[★].BE





Frites surgelées

Ingrédients

- 600 gr de frites surgelées
- Sel fin

Étapes

- Préchauffez votre friteuse à 180 °C
- Dès que le voyant lumineux s'éteint, versez les frites congelées dans le panier et plongez-le dans l'huile
- Diminuez la température du thermostat à 170° et laissez les frites cuire pendant 4 à 5 minutes
- Relevez le panier hors de l'huile et posez-le sur le support situé sur le bord de la cuve
- Adaptez le thermostat sur 190° et attendez que le voyant lumineux s'éteigne

- Replongez les frites dans l'huile pendant 1 à 2 minutes
- Une fois la cuisson terminée, faites égoutter le panier sur son support quelques instants et versez les frites dans un plat recouvert de papier absorbant
- Secouez les frites dans le papier absorbant 3-4 fois et retirez le papier
- Salez vos frites à votre goût et dégustez !

Astuce

Ajoutez un peu de fleur de sel au moment de servir



Frites Belges Maison

Ingrédients

- 650 gr de pommes de terre Bintje
- Sel fin

Étapes

Le nettoyage et la découpe

Épluchez les pommes de terre avec un économiseur, puis lavez-les à l'eau claire. Détaillez vos frites au couteau ou utilisez un coupe-frites manuel. Mettez vos frites à tremper pendant 30 minutes et répétez cette opération jusqu'à ce que l'eau de trempage soit claire afin d'ôter l'amidon. Essuyez soigneusement vos frites avec un linge sec ou du papier absorbant

Première cuisson

- Préchauffez votre friteuse à 140 °C

- Dès que le voyant lumineux s'éteint, disposez vos frites dans le panier et plongez-le dans l'huile
- Laissez les frites cuire pendant 7 minutes
- Relevez le panier hors de l'huile, remuez-le bien et posez-le sur le support situé sur le bord de la cuve
- Laissez les frites égoutter pendant idéalement 20 à 30 minutes

Deuxième cuisson

- Adaptez le thermostat sur 170° et attendez que le voyant lumineux s'éteigne
- Replongez les frites dans l'huile pendant 3 minutes pour les rendre croustillantes à souhait
- Une fois la cuisson terminée, faites égoutter le panier sur son support quelques instants et versez

- les frites dans un plat recouvert de papier absorbant
- Secouez les frites dans le papier absorbant 3-4 fois et retirez le papier
- Salez vos frites à votre goût et dégustez !

Astuce

Ajoutez un peu de fleur de sel au moment de servir



Frites de patates douces au paprika

Ingrédients

- 3 ou 4 grosses patates douces
- 1 c.à.s. d'huile d'olive ou de tournesol
- 1 c.à.c de paprika
- 1 c.à.c de cumin moulu

Étapes

- Lavez et épluchez les patates douces, puis détaillez-les en forme de frites
- Lavez les frites, séchez-les soigneusement à l'aide d'un linge sec ou de papier absorbant
- Préchauffez votre friteuse à 180°C
- Dans un récipient, mélangez le paprika, le cumin moulu et l'huile, ajoutez les frites de patates douces et mélangez bien le tout
- Dès que le voyant lumineux s'éteint, disposez vos frites dans le panier et plongez-le dans l'huile
- Laissez les frites cuire pendant 7 minutes
- Relevez le panier hors de l'huile, remuez-le bien et vérifiez la cuisson
- Si vous les aimez bien croustillantes, replongez-les dans l'huile pendant 3 minutes
- Une fois la cuisson terminée, faites égoutter le panier sur son support quelques instants et versez les frites dans un plat recouvert de papier absorbant
- Secouez les frites dans le papier absorbant 3-4 fois et retirez le papier
- Salez vos frites à votre goût et dégustez !

Astuce

Ne remplissez pas trop le panier, privilégiez une cuisson en plusieurs temps



Frites de polenta

Ingrédients

- 30 cl de lait
- 30 cl d'eau
- 150 gr de semoule de maïs
- 1 c.à.s. de parmesan
- 20 gr de beurre
- Sel fin

Étapes

- Mélangez le lait et l'eau dans une casserole et faites bouillir le mélange
- Ajoutez petit à petit la semoule de maïs et laissez cuire pendant une dizaine de minutes
- Faites fondre le beurre et ajoutez-le avec le parmesan dans le mélange
- Étalez la pâte obtenue sur une plaque pour atteindre 2 à 3 cm d'épaisseur
- Laissez refroidir et placez la plaque au frigo pendant 1 heure
- Préchauffez votre friteuse à 170°C
- Coupez la pâte en bâtonnets de 10 cm de long
- Dès que le voyant lumineux s'éteint, disposez délicatement vos frites dans le panier en maintenant un écart entre chaque bâtonnet
- Plongez le panier dans l'huile et laissez les frites cuire pendant 2 minutes
- Relevez le panier hors de l'huile et vérifiez la cuisson
- Si vous les aimez bien croustillantes, replongez-les dans l'huile pendant 1 à 2 minutes
- Une fois la cuisson terminée, faites égoutter le panier sur son support quelques instants et disposez les frites dans une assiette recouverte de papier absorbant
- Salez vos frites à votre goût et dégustez !

Astuce

Ne brusquez pas les bâtonnets pour éviter qu'ils ne se cassent



Frites de fromage de brebis

Ingrédients

- 400 gr de feta
- 50 gr de farine
- 2 œufs
- 3 c.à.s de chapelure
ou des croûtons à mixer
- Sel fin

Étapes

- Découpez des bâtonnets de feta de 1 cm de largeur environ
- Préparez 3 assiettes creuses
 - Dans la première, versez la farine
 - Dans la deuxième, versez les œufs battus
 - Dans la troisième, la chapelure ou les croûtons mixés et ajoutez-y le sel
- Préchauffez votre friteuse à 170°C
- Trempez les bâtonnets de feta successivement dans les 3 assiettes : farine, œufs et chapelure
- Dès que le voyant lumineux s'éteint, disposez délicatement vos frites dans le panier
- Plongez le panier dans l'huile et laissez les frites cuire pendant 3 à 4 minutes
- Relevez le panier hors de l'huile
- Faites égoutter le panier sur son support quelques instants et disposez les frites dans une assiette recouverte de papier absorbant
- Ôtez le papier, salez vos frites à votre goût et dégustez !

Astuce

Ne brusquez pas les bâtonnets pour éviter qu'ils ne se cassent



Frites de carottes en botte

Ingrédients

- 10 carottes nouvelles avec leurs fanes
- Sel fin

Étapes

- Lavez et épluchez les carottes sans couper les fanes
- Vous pouvez raccourcir les fanes pour ne laisser qu'un centimètre ou deux
- Séchez bien les carottes avec du papier absorbant ou un linge propre
- Préchauffez votre friteuse à 170°C
- Dès que le voyant lumineux s'éteint, disposez vos carottes dans le panier (fanes dehors) et plongez-le dans l'huile
- Laissez les frites cuire pendant 5 à 7 minutes

Astuce

Vous pouvez également couper vos carottes en fines lamelles et enlever les fanes avant de les frire



Frites de courgettes enrobées de fromage et de graines

Ingrédients

- 4 courgettes
- 2 œufs
- 100 gr de farine
- 3 c.à s de chapelure ou des croûtons à mixer
- 100 gr de parmesan en poudre
- 30 gr de graines de pavot
- Sel fin
- Poivre
- Préparez 3 assiettes creuses
 - Dans la première, versez la farine
 - Dans la deuxième, mélangez les œufs
 - Dans la troisième, la chapelure ou les croûtons mixés, le parmesan et les graines de pavot
- Salez et poivrez selon votre goût
- Préchauffez votre friteuse à 170°C
- Relevez le panier hors de l'huile
- Faites égoutter le panier sur son support quelques instants et disposez les frites dans une assiette recouverte de papier absorbant
- Ôtez le papier, salez vos frites à votre goût et dégustez !

Étapes

- Lavez et séchez bien les courgettes
- Coupez-les dans le sens de la longueur en larges tranches
- Taillez les tranches obtenues pour réaliser des frites de courgettes
- Trempez les bâtonnets de courgettes successivement dans les 3 assiettes : farine, œufs et chapelure
- Dès que le voyant lumineux s'éteint, disposez délicatement vos frites dans le panier
- Plongez le panier dans l'huile et laissez les frites cuire pendant 5 minutes

Astuce

La sauce tartare viendra parfaitement accompagner ces frites de courgettes



Frites "à la churros" zestées

Ingrédients

- 500 gr de farine
- Des zestes de citron
- 5 œufs
- 100 gr de sucre fin
- 100 gr de beurre
- 1/2 sachet de levure
- 40 gr de cassonade
+ 100 gr de sucre fin
- 1 pincée de sel
- 8 cl d'eau

Étapes

- Mélangez la farine, les zestes, les œufs, le sucre fin, la levure, le sel et l'eau
- Malaxez jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène et lisse
- Couvrez et laissez reposer la pâte au frigo pendant 2 heures
- Préchauffez votre friteuse à 170°C

- Étalez votre pâte et découpez des bâtonnets de 10 cm de long
- Dès que le voyant lumineux s'éteint, versez les bâtonnets dans le panier et plongez-le dans l'huile
- Laissez les frites cuire pendant 5 à 10 minutes
- Relevez le panier hors de l'huile pour vérifier la cuisson – les remettre dans l'huile quelques instants si besoin
- Une fois la cuisson terminée, faites égoutter le panier sur son support quelques instants, remuez le panier et versez les frites dans un plat recouvert de papier absorbant
- Secouez les frites dans le papier absorbant 3-4 fois et retirez le papier

- Saupoudrez les frites généreusement du mélange cassonade et sucre fin et dégustez !

Astuce

Accompagnez-les d'un ketchup sucré fait maison à base de pommes et de fruits rouges !



Frites de french toast

Ingrédients

- 8 tranches de pain rassis
- 100 gr de farine
- 3 œufs
- 100 gr de sucre fin
- 1 c.à.c. de sirop d'agave
- 150 gr de cassonade

Étapes

- Coupez les tranches de pain en bâtonnets pour ressembler à des frites
- Préparez 2 assiettes creuses
 - Dans la première, mélangez les œufs et le sirop d'agave
 - Dans la deuxième, mélangez la farine et le sucre fin
- Passez chaque bâtonnet dans les deux assiettes (1 puis 2) pour que le pain soit bien enrobé
- Préchauffez votre friteuse à 180°C

Astuce

Vous pouvez également saupoudrez les frites de sucre glace



Frites de pommes

Ingrédients

- 4 pommes à cuire
- 150 gr de farine
- 25 cl de lait
- 1 c.à.c. de bicarbonate de soude
- 2 œufs
- 3 c.à.s. de sucre fin
- 2 c.à.c. de cannelle en poudre
- 1 pincée de sel

Étapes

- Mélangez le lait, la farine, le bicarbonate, les œufs, 2 c.à.s. de sucre, 1 c.à.c. de cannelle et le sel
- Malaxez jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène
- Couvrez et laissez reposer à température ambiante pendant 30 minutes
- Lavez et épluchez les pommes

- Coupez-les en quartiers puis en lamelles pour réaliser vos frites
- Préchauffez votre friteuse à 180°C
- Plongez vos frites de pommes dans le mélange
- Dès que le voyant lumineux s'éteint, versez les frites dans le panier et plongez-le dans l'huile
- Laissez les frites cuire pendant 4 à 5 minutes
- Relevez le panier hors de l'huile pour vérifier la cuisson – les remettre dans l'huile quelques instants si besoin
- Une fois la cuisson terminée, faites égoutter le panier sur son support quelques instants, remuez le panier et versez les frites dans un plat recouvert de papier absorbant

- Secouez les frites dans le papier absorbant 3-4 fois et retirez le papier
- Mélangez le reste de la cannelle et du sucre dans un bol, roulez vos frites de pommes dedans et dégustez !

Astuce

Vous pouvez accompagner vos frites de caramel liquide

frifri.BE