



Arnabit Mekle, le chou-fleur frit à la libanaise
La recette de Liza et Ziad Asseily, de Liza Paris

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 5 à 10 minutes

Recette pour 6 personnes

Ingrédients

- Les fleurettes de 1 chou-fleur
- 4 c. à s. de farine
- 4 c. à s. de Maizena
- 200 ml d'eau pétillante
- 1 c. à s. de paprika fumé
- 1,5 l d'huile de tournesol
- Quelques feuilles de persil plat
- 20 g de sauce tarator
- Sel

Pour la sauce tarator

- 130 g de piments verts frais
- 10 cl jus de citron jaune
- 10 cl d'eau
- 5 g d'acide citrique
- 200 g de tahini

Sauce tarator

1. Lavez et épépinez les piments, puis concassez-les.
Filtrez le jus de citron au chinois étamine. Mélangez-le avec l'eau et l'acide citrique.
2. Mixez le piment vert avec la moitié du tahini puis ajoutez au fur et à mesure le mélange au jus de citron, en remuant bien entre chaque ajout.
3. Ajustez la texture en ajoutant par alternance le reste du tahini et le liquide.
Rectifiez l'assaisonnement.

Arnabit Mekle

1. Faites cuire les fleurettes de chou-fleur dans une casserole d'eau bouillante pendant 5 à 10 min, jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Égouttez et séchez-les bien.
2. Tamisez ensemble la farine et la Maïzena, mélangez-les à l'eau pétillante et fouettez jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Salez et ajoutez la moitié du paprika.
3. Faites chauffer une grande casserole d'huile à 180°C, trempez les fleurettes de chou-fleur dans la pâte, enlevez l'excédent et faites-les frire dans l'huile jusqu'à ce qu'elles dorent et deviennent croustillantes. Débarrassez sur du papier absorbant.
4. Déposez-les dans un bol, saupoudrez du reste de paprika, parsemez quelques feuilles de persil et servez immédiatement avec la sauce tarator.