

CAPUCINE



Nom scientifique : *Tropaeolum Majus*

Famille : Tropaeolacées

Couleur de la fleur : Rouge - Orange - Jaune

Particularités : Fleur grimpante

Période de plantation : Avril à Septembre

Période de floraison : Juin aux premières gelées

Besoins d'ensoleillement : Plein soleil

Entretien : Peu d'arrosage, pas besoin d'être taillée

Qualités gustatives : Fleurs, feuilles et graines comestible aux saveurs légèrement poivrées

Recette : Beignets de fleurs de Capucine

Pour : 4 personnes

Difficulté : Facile, 30min

Ingrédients :

- 2 œufs
- 150 g de farine
- Quelques cuillères à soupe d'eau
- 1/2 sachet de levure
- Quelques fleurs de Capucine
- 1/2 cuillère à café de curry
- Sel / Poivre

Préparation :

- 1- Laver et égoutter les fleurs
- 2- Dans un saladier, mélanger les ingrédients secs (farine, levure, curry, sel et poivre)
- 3- Incorporer les œufs et l'eau. Mélanger jusqu'à obtention d'une pâte homogène et élastique
- 4- Faire chauffer de l'huile dans une friteuse ou poêle jusqu'à ce qu'elle soit bien chaude (attention aux éclaboussures si celle-ci est trop chaude)
- 5- Dans une cuillère à soupe, prendre de la pâte à beignet et ajouter une fleur de Capucine au milieu. Faire cuire dans l'huile jusqu'à l'obtention d'un beignet légèrement doré. Laisser dégorger sur du papier absorbant et déguster avec une salade verte.

Bon app'