

BOMBA - TENDERS DE POULET SAUCE BOMBA

INGRÉDIENT POUR 2 PERSONNES

🌿 50ML DE SAUCE BOMBA

🌿 CÉRÉALE KELLOGG

🌿 3 ŒUFS

🌿 200G DE FARINE

🌿 300G DE BLANC DE POULET

🌿 750ML DHUILE DE FRITURE

🌿 ROMARIN, PAPRIKA

🌿 SEL, POIVRE

ACCOMPAGNEMENT : FRITES MAISON

🌿 250G DE POMME DE TERRE



POUR FAIRE VOS TENDERS, DÉCOUPER VOS BLANCS DE POULET EN QUATRE DANS LE SENS DE LA LONGUEUR. METTRE DANS UN BOL LE POULET AVEC 50ML DE SAUCE BOMBA, BIEN MÉLANGER, FILMER ET PLACER AU FRIGO PENDANT 1H. ET CEST MARINÉ !

PRÉPARER VOTRE CHAPELURE : CASSER LES 3 ŒUFS DANS UN BOL, LES BATTRE AU FOUET COMME UNE OMELETTE. POUR LES CÉRÉALES, PLACER LES DANS UN SAC DE CONGÉLATION PUIS CASSER LES LÉGÈREMENT AFIN GARDER DES MORCEAUX DE CHAPELURE ASSEZ GROS (COMME AU KFC), AJOUTER LE ROMARIN ET LE PAPRIKA À LA FARINE, MÉLANGER L'ENSEMBLE. METTRE CHAQUE PRÉPARATION DANS UN BOL DIFFÉRENT, PUIS LES PLONGEZ DANS CET ORDRE : FARINE, ŒUF PUIS CHAPELURE. RÉSERVER L'ENSEMBLE. ENSUITE, SORTEZ DU FRIGO VOS TENDERS 15M AVANT DE LES CUIRE POUR QU'ILS SOIENT BIEN TENDRE À LA CUISSON

FAITE CHAUFFER VOTRE HUILE À 140/150°C ENVIRON ET PLONGER VOS TENDERS JUSQU'À CE QU'ILS SOIENT BIEN DORÉS. ACCOMPAGNER DE FRITES MAISON ET CEST LA BOMBA !