



Pommes de terre

French fries



25 min 15 min 10 min **0** **394**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les frites

1 kg **Pomme(s) de terre**
2 litre(s) **Huile pour
friture**
1 **Sel**

Étape 1

Préparation des frites

- 1 Couper les extrémités des pommes de terre à l'aide d'un couteau émincer. Garder la peau.
- 2 Détailler les pommes de terre en tranches épaisses puis en larges lanières à l'aide d'un couteau éminceur.
- 3 Disposer les lanières de pommes de terre dans un saladier rempli d'eau froide afin d'éliminer l'excès d'amidon.
- 4 Eliminer l'excès d'amidon va permettre d'apporter plus de croustillant aux frites.
- 5 Egoutter les pommes de terre sur une grille à pâtisserie afin d'éliminer l'excédent d'eau.
- 6 Régler la friteuse à 135°C. S'assurer que le niveau d'huile est bas.
- 7 Si elles sont préparées dans une casserole, utiliser un thermomètre de cuisine afin de régler la température.
- 8 Sortir le panier de la friteuse, ajouter les lanières de pommes de terre. Les introduire délicatement dans l'huile.
- 9 Blanchir les pommes de terre pendant environ 4 minutes afin de les cuire partiellement.

Après 4 minutes, les pommes de terre ne seront pas

10 Après 7 minutes, les pommes de terre ne seront pas colorées mais plus tendres. Il est possible de vérifier la cuisson en plantant la lame d'un couteau. S'il les transperce facilement et en ressort propre, c'est qu'elles sont cuites.

11 Retirer les pommes de terre de la friteuse. Les placer sur une grille à pâtisserie afin d'éliminer l'excès d'huile.

Étape 2

Finition des frites

1 Préchauffer l'huile de la friteuse à 175°C. Placer les lanières de pommes de terre préalablement blanchies dans le panier de la friteuse. Frire jusqu'à coloration.

2 Vérifier la cuisson des frites afin qu'elles ne brûlent pas.

3 Lorsque les frites sont croustillantes et dorées, les retirer du panier de la friteuse. Secouer légèrement le panier pour éliminer l'excès d'huile. Puis verser les frites dans un saladier.

4 Saler les frites dès la sortie de la friteuse.

Étape 3

Dressage

1 Former un cône avec un papier journal, le placer dans un verre. Placer les frites à l'intérieur du cône à l'aide des pinces de cuisine.