



*Apéritifs et entrées*

# Tempuras de cuisses de grenouille



<b>20 min</b>	<b>15 min</b>	<b>5 min</b>	<b>0</b>	<b>251</b>
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISON	REPOS	CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

## Ingrédients pour les tempuras

12 **Cuisse(s) de grenouille**  
125 g **Farine à tempura**  
180 ml **Eau**  
1 litre(s) **Huile pour friture**  
1 **Sel**  
1 **Poivre**

## Étape 1

### Préparation des tempuras

- 1 Verser la farine dans un saladier et la délayer dans un peu d'eau. Mélanger avec les doigts.
- 2 Ajouter progressivement l'eau tout en gardant une consistance assez épaisse pour que la pâte soit bien nappante.
- 3 Faire chauffer de l'huile à 180°C.
- 4 Assaisonner les cuisses de grenouille de sel et de poivre, puis les tremper dans la pâte à tempura.
- 5 Plonger les cuisses de grenouille dans l'huile.
- 6 Bien mélanger les cuisses pendant la cuisson pour qu'elles ne collent pas entre elles.
- 7 Laisser frire pendant 2 minutes.
- 8 Lorsqu'ils sont bien dorés, retirer les beignets de grenouille de la friteuse puis les déposer sur du papier absorbant pour égoutter l'excédent d'huile.
- 9 Saler à nouveau.