Crêpes, beignets et gaufres sucrés

Chichi fregi de l'estaque

2h30	20 min	10 min	2h	296
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation de la pâte

1. Tamiser la farine au-dessus d'un saladier à l'aide d'un tamis. Ajouter le sel et mélanger.
2. Creuser un puits et verser le sucre.
3. Dans un verre, délayer la levure avec l'eau tiède et la verser dans le puits.
4. Ajouter l'eau de fleurs d'oranger et mélanger à l'aide d'une pour incorporer tous les ingrédients.
5. Verser progressivement l'eau et continuer de mélanger jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse.
6. Ajouter l'huile d'olive et mélanger à nouveau pour l'incorporer à la pâte.
7. Couvrir le saladier avec un torchon propre et laisser reposer pendant 2 heures à température ambiante, pour la faire lever.

Étape 2

Cuisson et finition des chichis frégis

1. Verser l'huile d'arachide dans la friteuse et la faire chauffer.
2. Disposer une douille cannelée large dans la poche à

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour le levain

10 g **Levure de boulanger**
2.5 cl **Eau**

Ingrédients pour la pâte à chichis

250 g **Farine**
0.5 c. à café **Sel**
1 c. à soupe **Sucre semoule**
1 c. à soupe **Eau de fleur d'oranger**
17.5 cl **Eau**
2.5 cl **Huile d'olive**

Ingrédients pour la cuisson et la finition

1 litre(s) **Huile d'arachide**
60 g **Sucre semoule**

douille puis découper le bout à l'aide de ciseaux. Remplir la poche de pâte à l'aide d'une maryse et tasser vers la douille pour extraire l'air.

3 Former des boudins de pâte, les faire glisser dans le bain de friture en coupant avec des ciseaux à la longueur souhaitée.

4 Ne pas faire cuire trop de chichis frégis à la fois pour ne pas qu'ils collent entre eux.

5 Faire dorer les chichis des deux cotés puis les débarrasser sur du papier absorbant à l'aide d'une pince de cuisine. Recommencer l'opération jusqu'à épuisement de la pâte.

6 Verser du sucre dans une assiette et rouler les chichis dedans.

Étape 3

Dressage

1 Dresser les chichis sur une assiette avec du papier absorbant et les servir aussitôt chauds.