

LA RECETTE du LUNDI



caprice des dieux pané & pommes de terres rôties

plat



INGRÉDIENTS

- 600 g pommes de terre grenaille
- 1 c. à café Fleur de sel à l'ail des ours Comptoir
- 2 c. à soupe huile d'olive Élixir de Crète Comptoir
- Thym + Romarin Comptoir
- Poivre de Madagascar noir Comptoir
- 1 Caprice des Dieux entier (250 g)
- 2 œufs
- 80 g de farine
- 120 g chapelure panko
- 1 c. à café Paprika fumé Comptoir
- 1 c. à café Mélange Salade Comptoir
- 1 c. à café de sésames dorés Comptoir
- Huile de friture

Sauce dip

- 150 g yaourt grec
- 1 c. à soupe moutarde aux 5 poivres Comptoir
- 1 filet miel d'acacia Comptoir
- 1 pincée curry Madras Comptoir



Pour 4 personnes



PRÉPARATION :



1. Mélanger les pommes de terre avec huile, sel, poivre, thym, romarin et cuire 30 min à 200°C.
2. Mélanger chapelure, paprika, sésames dorés, farine et Mélange Salade.
3. Tremper le Caprice entier dans les œufs battus, puis dans la chapelure. Répéter ce geste trois fois pour obtenir une panure bien uniforme et épaisse.
4. Chauffer de l'huile dans une poêle jusqu'à atteindre la moitié de la hauteur du Caprice. Plonger le Caprice et le faire frire 2 min par face, en le retournant 4 à 5 fois pour une croûte parfaitement dorée.
5. Découper le haut du Caprice pané et servir avec les pommes de terre et la sauce.

✨ **Astuce Comptoir :** Saupoudrer de Fleur de sel fumée à la sortie de cuisson pour encore plus de goût.