

Temps : 20 min

Niveau : Facile

Personnes : 4

La recette idéale pour un brunch : les scotch eggs.

Préparation

Etape 1

Cuire les œufs mollets dans l'eau bouillante salée vinaigrée, puis les plonger dans l'eau froide, et enlever délicatement la coquille

Etape 2

Mélanger la chair à saucisse avec le persil, la moutarde, l'ail et l'échalote. Saler et poivrer, ajouter du piment d'Espelette si vous le souhaitez.

Etape 3

Diviser la chair à saucisse en 4, et aplatir chaque morceau entre deux feuilles de film alimentaire. Réaliser une épaisseur de 5 mm environ.
Placer un œuf au centre et l'entourer de chair à saucisse. Il est important que l'œuf soit bien enrobé.

Etape 4

Paner les œufs deux fois : tremper chaque œuf dans la farine, puis dans l'œuf battu, puis dans la chapelure Panko, et à nouveau œuf battu puis chapelure. De cette façon l'œuf sera bien protégé avec une belle croûte extérieure.

Etape 5

Faire chauffer la friteuse avec de l'huile spéciale friture à 180°C.
Plonger les œufs environ 6 à 7 minutes en les retournant bien.
A la sortie de friteuse, placer délicatement les œufs sur un papier absorbant. Ne pas saler.
Servir chaud ou tiède, accompagné de salade ou d'une sauce cheddar.

Etape 6

VERSION VÉGÉTARIENNE

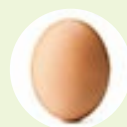
Utiliser des lentilles, des pois chiches, des champignons ou du riz pour remplacer la chair à saucisse. Il est aussi possible de faire mariner les œufs dans une sauce soja avant de les enrober avec la viande.

Etape 7

ASTUCE

Pour offrir un visuel plus sympathique, filmer chaque œuf dès l'enrobage de chair à saucisse. Ainsi il sera plus facile de le façonner et de lui donner une belle forme et avant de paner, le placer 1 bonne heure en chambre froide.

Ingrédients



4 pièce(s) Œufs pochés ou Œufs frais



100 g Chapelure Panko



100 g Farine



150 g Oeuf liquide



400 g Chair à saucisse



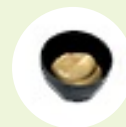
30 g Persil haché



15 g Pulpe d'ail



25 g Pulpe d'échalote



30 g Moutarde à l'ancienne



Huile de friture

Valeurs nutritionnelles

Informations pour	100g
Valeur énergétique	1220
Matières grasses (g)	2.3
Dont acides gras saturés	22.2
Glucides (g)	11.8
Dont sucres	0.5
Protéines (g)	11.4
Sel (g)	0.72