



D'origine viennoise, le Schnitzel est devenu le plat national israélien.

De Vienne à Tel Aviv

Recette des Schnitzels

Par Yariv Berreby – janvier 2016

Ingrédients

- 2 blancs de poulets
- 3 œufs
- 1 cuillère à café de concentré de tomate
- chapelure Osem
- "kifli" à l'oignon
- huile
- moutarde
- 1 cuillère à café de harissa
- 1 citron
- cerfeuil (pour la déco)

Recette

Blancs de poulets:

Séparer le grand filet du petit filet, tailler le grand filet en portefeuille puis le couper en deux
Taillader le nerf pour le faire fondre pendant la cuisson

Marinade:

Dans un saladier, mélanger 2 œufs entier, 1 blanc d'œuf (mettre le jaune de côté), une cuillère à café de concentré de tomate, une pincée de sel et une pincée de poivre

Faire mariner les blancs de poulet dans la marinade à la tomate pendant au moins une demi-heure

Chapelure:

Écraser les "kifli" à l'aide d'un mortier ou d'un rouleau à pâtisserie
Les mélanger à la chapelure Osem

Sauce:

Dans un bol, mélanger le jaune d'œuf et une cuillère à café de moutarde
Faire monter le mélange en mayonnaise avec de l'huile
Ajouter une cuillère à café de harissa et un demi-citron
Mélanger le tout

Panure:

Faire chauffer de l'huile dans une grande poêle
Pendant ce temps, panner les blancs de poulet en les étalant dans la chapelure
Déposer les blancs de poulet panés dans l'huile chaude et les faire frire
Bien les faire dorer, puis les déposer sur du papier absorbant pour les dégraisser

Les manger chauds avec la sauce, ou froids en salade ou dans un sandwich