

Fruits de Mer Panés Sauce Tartare

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 40 minutes

Ingrédients:

- | | |
|------------------------|---------------|
| - Fruits de Mer Divers | 250-300g |
| - Farine | 1 c à soupe |
| - Oeufs | 1 |
| - Ail en Poudre | |
| - Chapelure | |
| - Tartare (Sauce) | 2-3 c à soupe |
| - Sel | |
| - Poivre | |

Recette:

- Dégelez le cocktail de fruits de mer si nécessaire.
- Mélangez ensuite ces crustacés avec sel, poivre, ail en poudre et la farine.
- Battez l'œuf et intégrez-le aux fruits de mer.
- Passez, petit peu par petit peu, quelques fruits de mer dans la chapelure et réservez au frais (1 heure) pour figer la panure.
- Au moment de servir, faites griller doucement le cocktail de la mer pané dans de l'huile chaude.
- Servez avec la sauce tartare.

