

PAKORA SANS GLUTEN

TEMPS DE PRÉPARATION:

15 MINUTES

TEMPS TOTAL:

18 MINUTES

RENDEMENT:

Environ 12 x 50g Pakoras

PORTION:

1 ½ Pakoras (50 grammes)



Ingrédients:

Volume	Ingrédient	Grammes	% du boulanger
3/4 cup	Mélange de farine tout usage sans gluten Ardent Mills	120	100
3 3/4	Légumes mélangés râpés (chou, carottes, haricots verts, poivrons)	480	400
1 tsp	Ail haché	7.2	6
1 tsp	Gingembre haché	7.2	6
1 tsp	Sel casher	7.2	6
3/4 tsp	Garam masala	6	5
1/4 tsp	Coriandre moulue	1.2	1
1/4 tsp	Cumin moulu	1.2	1

Please note: the nutritional information provided is preliminary and for the presented product only. Nutritional facts are subject to change based on the final working formula. The nutritional information contained herein is, to the best of our knowledge, correct. It is the user's responsibility to comply with the appropriate government standards and requirements for nutritional labeling. No warranties, expressed or implied, are made.

Directions:

1. Dans un grand bol, mélanger les légumes râpés et tous les assaisonnements.
2. Presser les légumes pour en faire sortir du liquide.
3. Laisser reposer pendant 10 minutes.
4. Ajouter le mélange de farine tout usage sans gluten et mélanger jusqu'à ce que tous les ingrédients soient collés ensemble.
5. Peser 50 grammes, rouler en boule et presser pour obtenir un disque plat.
6. Faire frire à 350 °F (175 °C) pendant 2 à 3 minutes de chaque côté jusqu'à ce que les disques soient d'un brun doré profond.
7. Transférer sur une grille de refroidissement tapissée de papier absorbant pour les égoutter.
8. Servir avec du chutney de mangue.

NOTE : Ces instructions doivent être utilisées à titre de guide seulement. Des modifications peuvent être nécessaires pour s'adapter aux conditions de travail ou aux normes du produit fini. Les informations nutritionnelles fournies sont préliminaires et ne concernent que le produit présenté. Aucune garantie expresse ou implicite n'est donnée.

Pour toute question concernant les ventes ou pour demander un échantillon, contactez-nous au 888-295-9470 ou visitez ardentmills.ca/contact-us

© 2022 Ardent Mills 6860 Century Ave., Mississauga, ON L5N 2W5