



5 15

## Crevettes bang bang

PORTIONS

4

TEMPS DE PRÉPARATION

15 minutes

TEMPS DE CUISSON

2 minutes

### Information nutritionnelle

Par portion (avec la trempette): calories 471; protéines 14 g; matières grasses 28 g; glucides 41 g; fibres 1 g; fer 2 mg; calcium 85 mg; sodium 505 mg

Des crevettes frites qui font trempette dans une sauce sucrée-salée: bon à s'en lécher les doigts!

### Ingrédients

- 2 litres (8 tasses) d'huile de canola
- 250 ml (1 tasse) de farine
- 60 ml (1/4 de tasse) de fécule de maïs
- 1 œuf
- 125 ml (1/2 tasse) de lait 2%
- 16 crevettes moyennes (calibre 31/40), crues et décortiquées

### Pour la trempette:

- 80 ml (1/3 de tasse) de mayonnaise légère
- 80 ml (1/3 de tasse) de crème sure 5%
- 15 ml (1 c. à soupe) de zestes de lime
- 15 ml (1 c. à soupe) de miel
- 5 ml (1 c. à thé) de sauce sriracha

[Sélectionner tous les ingrédients](#)

### Préparation

- 1 Dans une friteuse ou dans une grande casserole, chauffer l'huile à feu moyen jusqu'à ce qu'elle atteigne une température de 180 °C (350 °F) sur un thermomètre à cuisson. Si une casserole est utilisée, bien surveiller la cuisson pour éviter que l'huile ne surchauffe et ne s'enflamme.
- 2 Préparer deux bols. Dans le premier, déposer 125 ml (1/2 tasse) de farine. Dans le deuxième, mélanger le reste de la farine avec la fécule de maïs, l'œuf et le lait jusqu'à l'obtention d'une préparation lisse.
- 3 Assécher les crevettes sur du papier absorbant.
- 4 Fariner les crevettes, puis les enrober du mélange à l'œuf. Faire frire les crevettes dans l'huile chaude de 2 à 3

minutes. Égoutter les crevettes sur du papier absorbant.

- 5 Dans un autre bol, mélanger les ingrédients de la trempette. Servir avec les crevettes.