



Trous de beignes au sucre à la crème

PRÉSENTÉ PAR :



PORTIONS

**environ 65 trous de
beignes**

TEMPS DE PRÉPARATION

20 minutes

TEMPS DE CUISSON

10 minutes

Information nutritionnelle

Par portion: calories 64; protéines 1 g; matières grasses 3 g; glucides 9 g; fibres 1 g; fer 0 mg; calcium 16 mg; sodium 18 mg

Ingrédients

- 2 litres (8 tasses) d'huile de canola

Pour les trous de beignes:

- 375 ml (1 1/2 tasse) de farine blanche tout usage non blanchie biologique Milanaise
- 375 ml (1 1/2 tasse) de farine de khorasan entière biologique Milanaise
- 10 ml (2 c. à thé) de poudre à pâte
- 1,25 ml (1/4 de c. à thé) de sel
- 180 ml (3/4 de tasse) de sucre
- 45 ml (3 c. à soupe) de beurre fondu
- 2 oeufs
- 180 ml (3/4 de tasse) de lait 2%
- 5 ml (1 c. à thé) d'extrait de vanille
- 60 ml (1/4 de tasse) de yogourt grec nature 0%

Pour le glaçage:

- 500 ml (2 tasses) de cassonade
- 60 ml (1/4 de tasse) de crème champêtre
- 5 ml (1 c. à thé) d'extrait de vanille
- 5 ml (1 c. à thé) de jus de citron

Étapes

- 1 Dans un bol, mélanger les deux sortes de farine avec la poudre à pâte et le sel.

- 2** Dans un autre bol, fouetter le sucre avec le beurre à l'aide du batteur électrique. Ajouter les oeufs, le lait, la vanille et le yogourt grec. Fouetter jusqu'à l'obtention d'une préparation homogène.
- 3** Incorporer graduellement les ingrédients secs aux ingrédients humides et remuer jusqu'à l'obtention d'une préparation homogène.
- 4** Dans une friteuse ou dans une grande casserole, chauffer l'huile de canola jusqu'à ce qu'elle atteigne une température de 150 °C (300 °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.
- 5** Façonner des boules en utilisant environ 10 ml (2 c. à thé) de pâte pour chacune d'elles.
- 6** Faire frire les boules de pâte de 2 à 3 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient gonflées et croustillantes. Égoutter sur du papier absorbant. Laisser tiédir. Réserver au frais jusqu'au moment de servir.
- 7** Dans une casserole, mélanger les ingrédients du glaçage. Porter à ébullition à feu moyen, puis cuire de 1 à 2 minutes, jusqu'à ce que la cassonade soit complètement dissoute. Retirer du feu et laisser tiédir. Réserver au frais jusqu'au moment de servir.
- 8** Au moment de servir, garnir les trous de beignes de glaçage.