



Queues de castor

PORTIONS

**8 queues de castor
d'environ 15 cm (6 po)**

TEMPS DE PRÉPARATION

40 minutes

REPOS

**2 heures (pour la
pâte)**

TEMPS DE CUISSON

8 minutes

Information nutritionnelle

Par portion (1 queue de castor nature): calories 298; protéines 4 g; m.g. 21 g; glucides 23 g; fibres 1 g; fer 1 mg; calcium 27 mg; sodium 321 mg



Un dessert traditionnel à partager entre amis ou en famille! Laissez aller votre imagination pour les décorer!

Ingrédients

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

Pour la pâte:

- 1/2 sachet de levure instantanée de 7 g
- 125 ml (1/2 tasse) de lait tiède
- 30 ml (2 c. à soupe) d'eau tiède
- 375 ml (1 1/2 tasse) de farine
- 60 ml (1/4 de tasse) de farine de blé entier
- 1,25 ml (1/4 de c. à thé) de sel
- 15 ml (1 c. à soupe) de sucre d'érable
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile de canola

Pour la garniture (au choix):

- sucre d'érable
- beurre d'érable
- tartinaide aux noisettes
- sirop d'érable

Préparation

En continuant à utiliser le site, vous acceptez notre [politique de confidentialité et de cookies](#).

J'ACCEPTÉ

1. Mélanger la levure avec le lait et l'eau. Laisser reposer 5 minutes.

2. Mélanger les deux farines.

3. Dans un grand bol, ajouter le sel, le sucre d'érable et l'huile. Remuer.

4. Ajouter les ingrédients secs à la préparation. Mélanger avec les mains jusqu'à l'obtention d'une

5. Sur une surface légèrement farinée, pétrir la pâte de 8 à 10 minutes. Il est normal que la pâte demeure légèrement

- 5 Sur une surface légèrement farinée, pétrir la pâte de 8 à 10 minutes. Il est normal que la pâte demeure légèrement ferme.
- 6 Remettre la pâte dans le bol. Couvrir d'un linge humide et laisser reposer 1 heure à température ambiante près d'une source de chaleur.
- 7 Sur une surface farinée, pétrir la pâte de nouveau de 2 à 3 minutes. Couvrir et laisser reposer de nouveau 1 heure.
- 8 Diviser la pâte en huit parts. Sur une surface légèrement farinée, abaisser chaque part de pâte en leur donnant une forme ovale d'environ 15 cm (6 po) de longueur.
- 9 Dans une grande casserole ou dans une friteuse, chauffer l'huile de canola à feu moyen jusqu'à ce qu'elle atteigne une température de 180 °C (350 °F). Frire une queue de castor à la fois de 30 à 45 secondes de chaque côté jusqu'à ce qu'elle soit dorée. Égoutter sur du papier absorbant. Répéter avec le reste des queues de castor. Servir avec la garniture de votre choix.

En continuant à utiliser le site, vous acceptez notre [politique de confidentialité et de cookies](#).

J'ACCEPTÉ