



Coleslaw

Durée du high : 30 min

Pour 4 Accros

Level : 



1/4 Choux Rouge	Sel Poivre
1/4 Choux Blanc	20 Cl Huile arachide
2 Carottes	5 Cl Lait
1/2 Bottes aneht	2 Cornichons
1 Jaune d'oeuf	4 Aiguillettes de poulet
1 C.A.S Moutarde de dijon	2 Oeufs
1 C.A.S Raifort	100 gr Farine
1 C.A.F Miel	100 gr Panko ou Chapelure fine
1 C.A.S Vinaigre rouge	



- I Éplucher les carottes et les tailler en Julienne (fins bâtonnets). Enlever la première feuille des choux puis les émincer finement afin d'avoir une découpe homogène avec les carottes. Tailler en brunoise (petit dés) les cornichons, hâcher finement l'aneth et débarrasser le tout.
- II Dans un bol ajouter le jaune d'oeuf, la moutarde, le miel, le raifort et le vinaigre. Mélanger et ajouter le sel et le poivre. Une fois le mélange homogène monter le tout avec l'huile pour faire prendre la mayonnaise. Ajouter au fur et à mesure l'huile afin de ne pas faire trancher la mayonnaise. Ajouter à la sauce, l'aneth, les cornichons et le lait. Goûter et assaisonner.
- III Disposer dans trois bols, les oeufs entiers, la farine et le panko/chapelure. Fouetter les oeufs et les assaisonner. Pour paner à l'anglaise il faut tout d'abord passer le poulet dans la farine, puis dans les oeufs et enfin dans la chapelure. Repasser l'aiguillette dans les oeufs et la chapelure afin d'avoir un produits très croquant. Frire les aiguillettes dans une friteuse à 180° jusqu'à l'obtention d'une jolie coloration, débarrasser dans un plat avec du papier absorbant.

FINISH
HIM

Dans un bol, assaisonner le coleslaw avec la sauce et rectifier avec du sel et du poivre. Dresser dans un bol, le coleslaw avec les aiguillettes de poulets panés et un petit pot de sauce.



Coleslaw : Les Hollandais qui ont fondé l'Etat de New York cultivaient des choux à proximité du fleuve Hudson et les préparaient sous forme de salade de choux râpés appelée « koolsla » (kool signifie chou et sla signifie salade). Le terme « koolsla » s'est anglicisé en « coleslaw ».