



## *les bonnes recettes de Marithé*

### **Nuggets ou beignets de volaille SANS OEUFS, SANS FARINE DE BLÉ, SANS LAIT, SANS ARACHIDE**

#### INGRÉDIENTS

- Volaille : dinde, poulet, oie, pintade ou canard, suivant aliment toléré,
- Farine de riz (épicerie asiatique),
- Lait de coco coupé avec eau (2/3-1/3),
- Huile de tournesol ou autre tolérée,
- Sel.

#### INSTRUCTIONS

- Mettre dans un robot ménager du blanc de volaille.
- Réduire en bouillie.
- Ajouter de la farine de riz, du lait de coco, du sel.
- Malaxer l'ensemble pour obtenir une pâte homogène de consistance assez molle.
- Préparer un bain de friture avec l'huile autorisée.
- Jeter des petites «boules» de pâte, de la valeur d'une grosse cuillère à café dans l'huile bouillante.
- Bien faire dorer.

Recette élaborée par  
Mme Marie-Thérèse ROTH



Service de  
Médecine Interne,  
Immunologie Clinique  
et Allergologie  
Hôpital Central  
29, Av. de Lattre de Tassigny  
54035 NANCY Cedex