



## Ingrédients

Pour 6 personnes :

- 200g de cabillaud ou 250g de carottes et / ou patates douces râpées
- 300g de farine
- 1 sachet de poudre à lever pour farine de blé, sarrasin ou manioc si sans gluten
- 20g de persil
- 20g de ciboulette
- 1 cuillère à café de purée de piment rouge (très fort) ou vert (fort)
- 1 jus de citron vert
- 1 verre d'eau salée



## Réalisation

- 1 – Cuire le poisson à l'eau salée pendant 25 minutes.
- 2 – Égoutter et mettre dans un bol.
- 3 – Bien émietter avec les doigts ou au pilon.
- 4 – Hacher finement au ciseaux la ciboulette et le persil.
- 5 – Hacher les oignons à l'aide d'un hachoir.
- 6 – Mélanger le tout au poisson ou aux légumes hachés avec ou sans piment, au choix.
- 7 – Mélanger la levure à la farine dans un bol.
- 8 – Faire un puit au centre et y verser l'eau salée tout en mélangeant pour obtenir une pâte uniforme sans grumeaux.
- 9 – Ajouter le poisson épicé.



# La recette des accras de poisson ou de légumes

- 10 – Bien mélanger pour obtenir une pâte ferme, de la consistance d'une pâte à beignets.
- 11 – Goûter, rectifier l'assaisonnement si besoin.
- 12 – Laisser reposer 20 minutes environ.
- 13 – Rajouter un blanc d'œuf battu en neige avec un peu de jus de citron (facultatif).



## Cuisson

- 1 – Faire chauffer l'huile dans une casserole.
- 2 – Verser la pâte à l'aide d'une petite cuillère et laisser dorer les accras.
- 3 – Sortir avec une passoire et poser sur du papier absorbant.
- 4 – Servir chaud avec une sauce pimentée ou sauce chien si on ne met pas de piment dans la pâte.