# ASTUCE

## Frire des câpres

## INGRÉDIENTS

DES CÂPRES

DE L'HUILE D'ARACHIDE

## USTENSILES

1 CASSEROLE

1 ÉCUMOIRE

1 PASSOIRE

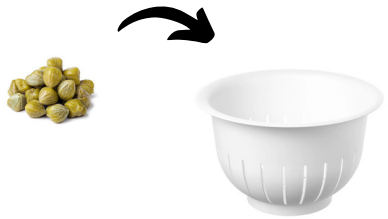
1 ASSIETTE

4 FEUILLES
D'ESSUIE TOUT

CHEFS EXTRAORDINAIRES

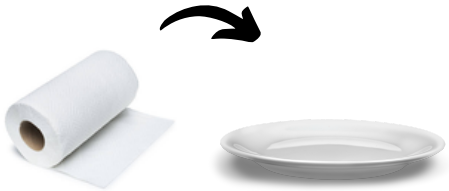
# PRÉPARATION DES CÂPRES

**1** METTRE LES CÂPRES DANS LA PASSOIRE

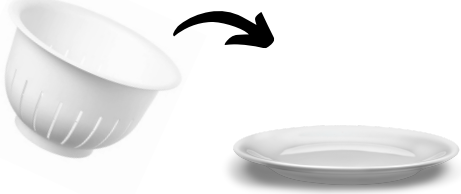


**2** FAIRE COULER DE L'EAU SUR LES CÂPRES POUR LES RINCER ET ENLEVER TOUIT LE SEL

**3** METTRE 2 FEUILLES D'ESSUIE TOUT DANS L'ASSIETTE



**4** METTRE LES CÂPRES DANS L'ASSIETTE AVEC L'ESSUIE TOUT POUR QU'ELLES SÈCHENT



# LA CUISSON

**1** VERSER L'HUILE DANS LA CASSEROLE
(IL FAUT QU'ELLE SOIT REMPLIE JUSQU'À LA MOITIÉ)

**2** METTRE LA CASSEROLE À CHAUFFER À FEU MOYEN

**3** ATTENDRE 5 MINUTES QUE L'HUILE CHAUFFE

**4** METTRE UNE CAPRE DANS LA CASSEROLE À L'AIDE DE L'ÉCUMOIRE POUR VOIR SI L'HUILE EST ASSEZ CHAUDE

**5**

SI L'HUILE FRÉMIT, C'EST QU'ELLE EST ASSEZ CHAUDE

**6**

METTRE LES CAPRES DANS LA CASSEROLE

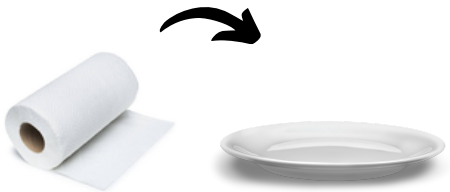
**ATTENTION !!!**
**L'HUILE EST TRÈS CHAUDE, IL FAUT FAIRE TRÈS ATTENTION DE NE PAS DE BRÛLER EN VERSANT LES CAPRES !**

**7**

SURVEILLER LA CUISSON EN REMUANT AVEC L'ÉCUMOIRE

**8**

DANS L'ASSIETTE, ENLEVER LES 2 FEUILLES D'ESSUIE TOUT ET EN METTRE 2 AUTRES



**9**

QUAND LES CÂPRES SE SONT OUVERTES COMMES DES FLEURS, LES ENLEVER DE LA CASSEROLE AVEC L'ÉCUMOIRE

**10**

METTRE LES CÂPRES DANS L'ASSIETTE

**11**

ETEINDRE LE FEU SOUS LA CASSEROLE