



THE J.M. SMUCKER Co

## Dosas à la farine de blé

Cette spécialité du sud de l'Inde est une crêpe à la fois moelleuse et croustillante. Traditionnellement servie au petit déjeuner, elle s'accompagne volontiers d'un chutney rouge épicé à la noix de coco.

### Prep Time Cook Time Serves Difficulty

15 mins 1 hr 15 mins 16 N/A

## Ingredients

- 1 1/2 tasses (375 mL) de farine de blé dur Atta 1er choix **Golden Temple®**

Farine de blé dur Atta 1er choix

- 1 c. à thé (5 mL) de sel
- 1 c. à thé (5 mL) de piment de Cayenne
- 2 tasses (500 mL) d'eau
- 2 c. à soupe (30 mL) d'huile végétale + un peu plus pour enduire le poêlon
- 1/2 c. à thé (2 mL) de graines de moutarde
- 8-10 de cari, hachées
- 2 piments chilis rouges séchés, entiers
- 1 c. à thé (5 mL) de urad dal, décortiqué
- 2 c. à soupe (30 mL) d'oignon rouge, haché

## Directions

Dans un grand bol, combiner la farine, le sel et le piment de Cayenne. Ajouter lentement l'eau en fouettant le mélange afin de prévenir la formation de grumeaux. Laisser reposer la pâte à frire.

Faire chauffer l'huile dans un poêlon à tadka (poêlon à fond arrondi). Ajouter les graines de moutarde, les feuilles de cari et les piments rouges séchés. Pendant que les épices crépitent, ajouter le urad dal, puis faire cuire pendant 30 secondes, ou jusqu'à ce que les lentilles deviennent dorées.

Ajouter les oignons hachés, et faire cuire jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides. Transférer le contenu du poêlon dans le bol de pâte à frire et bien mélanger.

Faire chauffer le poêlon à crêpes (ou poêlon ordinaire) à feu moyen. Y laisser tomber quelques gouttes d'eau, et si celles-ci s'évaporent immédiatement, le poêlon est prêt pour la cuisson.

Huiler le poêlon, puis y verser environ 1/3 tasse (75 mL) de pâte à frire. Étendre la pâte avec le dos d'une louche. Faire cuire la pâte jusqu'à ce que les bords se soulèvent. Vaporiser de l'huile sur la surface exposée du dosa, puis le retourner délicatement à l'aide d'une spatule plate. Le côté cuit doit présenter des pores et être bien doré.

Faire cuire l'autre côté de la même façon. Avec le dos d'une spatule plate, appliquer une légère pression sur le dosa pendant la cuisson. De temps à autre, faire tourner lentement le dosa pour assurer une cuisson uniforme.

Servir les dosas chauds avec du chutney à l'ail et au chili

Une température optimale est nécessaire pour l'obtention de dosas croustillants (souvent atteinte à la cuisson du deuxième ou troisième dosa). Les premiers dosas seront donc probablement imparfaits, mais ne perdez pas espoir!

## Images

