



THE J.M. SMUCKER Co

Pooris

Aucune célébration dans une chaumière indienne ne serait complète sans les pooris. Allez-y: transformez un repas quotidien en une véritable fête simplement en y ajoutant des pooris.

Prep Time Cook Time Serves Difficulty

15 mins 15 mins 20 N/A

Ingredients

- 2 tasses (500 mL) de mélange de farine de blé dur Atta **Golden Temple®**

Farine de blé dur Atta

- 1 c. à thé (5 mL) de sel
- 3/4 tasse (175 mL) d'eau
- 3 1/2 tasses (875 mL) d'huile végétale pour abaisser la pâte et pour la haute friture

Directions

Dans un grand bol, mélanger la farine et le sel, puis ajouter l'eau lentement. Mélanger et pétrir la pâte à mains nues. Recouvrir le bol d'un linge humide et laisser reposer pendant 10 minutes.

Huiler légèrement le rouleau à pâte et le plan de travail avec 1 c. à thé (5 mL) d'huile. Déposer la boule de pâte sur le plan de travail, bien la pétrir pendant environ une minute, puis la diviser en 18 à 20 boulettes de taille égale.

Heat oil in a large wok to 350°F (175°C).

Faire chauffer l'huile dans un grand wok à 350 °F (175 °C). Abaisser les boulettes de pâte une à la fois, en badigeonnant légèrement le plan de travail avec de l'huile supplémentaire pour empêcher la pâte de coller, puis couvrir le reste avec le linge humide. Utiliser le rouleau à pâte huilé pour abaisser chaque boulette de pâte en un disque plat d'environ 2 1/2 po (environ 6 cm) de diamètre.

Déposer un poori dans l'huile chaude pour haute friture. À l'aide d'une cuillère à égoutter, submerger légèrement le poori dans l'huile. Le poori devrait gonfler en 8 à 10 secondes. Le retourner et le faire frire de l'autre côté de 8 à 10 secondes, ou jusqu'à ce que les deux côtés soient dorés.

Servir les pooris chauds avec un plat de aloo gobi ou de bhindi masala.

La pâte à poori est plus dense que la pâte à roti ou à paratha. Les pooris sont donc plus faciles à abaisser et gonflent mieux. L'utilisation d'huile pour abaisser la pâte permet de garder l'huile de friture plus propre. Ajustez la quantité d'eau si vous utilisez un autre type de farine.

Images

