



THE J.M. SMUCKER Co

Bhaturas

Croustillants à l'extérieur et moelleux à l'intérieur, ces bhaturas feront de vous la vedette à l'occasion de votre prochain repas-partage.

Prep Time Cook Time Serves Difficulty

30 mins 15 mins 15 N/A

Ingredients

- 2 tasses (500 mL) de farine de blé dur Atta 1er choix **Golden Temple®** et un peu plus pour saupoudrer

Farine de blé dur Atta 1er choix

- 1/2 c. à thé (2 mL) e bicarbonate de soude
- 1 c. à soupe (15 mL) de sucre
- 1 c. à thé (5 mL) de sel
- 3/4 tasse (250 mL) de lait tiède
- 1/2 tasse (125 mL) de yogourt nature
- 1 1/2 c. à thé (7 mL) d'huile végétale + 3 tasses (750 mL) pour la haute friture

Directions

Combiner les ingrédients secs dans un bol. Dans un deuxième bol, mélanger le lait et le yogourt, puis incorporer lentement aux ingrédients secs. Mélanger à mains nues pour former une pâte collante.

Graisser légèrement un bol à couvercle avec 1 1/2 c. à thé (7 mL) d'huile, puis y transférer la pâte. Couvrir hermétiquement, puis laisser reposer dans un endroit sombre et chaud pour faire lever la pâte. Le temps de levée dépend beaucoup de la température ambiante. À une température d'environ 70 à 75 °F (21 à 24 °C), la pâte peut mettre de 6 à 8 heures à lever. Attendre que la pâte ait pratiquement doublé de volume et que des poches d'air apparaissent à l'intérieur.

Saupoudrer 3 c. à soupe (45 mL) de farine sur le plan de travail, et y déposer la boule de pâte. Pétrir la pâte, puis la diviser en 14 ou 15 boulettes de taille égale.

Dans un wok ou une friteuse, faire chauffer l'huile à 350 °F (175 °C). Saupoudrer un peu de farine sur le plan de travail et sur les boulettes de pâte.

Utiliser un rouleau à pâte pour abaisser chaque boulette en un disque de forme ovale de 4 po (environ 10 cm) de longueur.

Plongez un bhatura dans l'huile chaude. À l'aide d'une cuillère à égoutter, submerger légèrement le bhatura dans l'huile. Le bhatura gonfle en 8 à 10 secondes. Le retourner et le faire cuire de l'autre côté de 8 à 10 secondes, ou jusqu'à ce que les deux côtés soient bien dorés.

Égoutter les bhaturas, puis les placer sur un plat recouvert de papier essuie-tout pour absorber l'excédent d'huile. Servir les bhaturas chauds avec un plat de pindi chana.

Faites frire les bhaturas à mesure que vous les abaissez. La pâte risque de s'amincir si elle est roulée trop longtemps d'avance, ce qui la rendra difficile à manipuler.

Allumez le four à température moyenne pendant 30 minutes, puis éteignez-le. Placer le bol de pâte avec son couvercle dans le four. Lorsque la température de la pièce est plus fraîche, cette astuce aide à faire lever la pâte.

Images

