



## JEU : EN 3 COUPS DE CUILLÈRE À POT...

### COMMENT ON JOUE ?

#### 1 - Lisez la recette du "Fish and Chips" :



1. Versez la farine dans un saladier et creusez un puits au milieu. Ajoutez le sel, la bière et un jaune d'oeuf.
2. Mélangez ensuite le lait et l'eau puis ajoutez-les progressivement à la pâte afin d'obtenir une pâte bien lisse et assez liquide.
3. Laissez reposer le mélange 30 minutes au réfrigérateur.
4. Pendant ce temps, battez les blancs en neige que vous incorporerez délicatement au mélange reposé.
5. Pelez, lavez et coupez des pommes de terre en frites de 1 cm et faites-les cuire de manière traditionnelle, à la friteuse. Salez.
6. Rincez ensuite les filets de cabillaud et séchez-les. Retournez-les dans de la farine et trempez-les bien dans votre mélange de manière à bien les enrober complètement. Faites les cuire ensuite dans de l'huile chaude de friture (à plus de 160 degrés environ) durant 5 minutes. Il faut qu'ils soient bien dorés. Egouttez-les ensuite sur du papier absorbant.
7. Servez le fish and chips aussitôt. .
8. Régalez-vous



## ASTUCE HELPY :

Afin de passer un bon moment avec votre proche faites le participer. Cette recette est très utilisée dans les PASA\* pour pratiquer le "Finger Food" et ainsi maintenir l'autonomie des personnes qui ont des difficultés avec leurs couverts à table.



### 2 - Convertissez la quantité d'ingrédients pour 12 personnes :

INGRÉDIENTS	POMMES DE TERRE	FILETS DE CABILLAUD	ŒUFS	SEL	FARINE	EAU	LAIT	BIÈRE
Pour 4 pers.	1 Kg	800 g	2	1 pincée	150 g	6 c. à soupe	6 c. à soupe	4 c. à soupe
Pour 12 pers.								

Solutions : 3 Kgde pommes de terre, 2,4 Kgde cabillaud, 3 pincées de sel, 450g de farine, 18 c. à soupe de farine, 18 c. à soupe d'eau, 18 c. à soupe de lait, 12 c. à soupe de bière.