

Les vraies frites belges

écrit par Pariseyn | 10 juillet 2017



Traditionnellement, les vraies frites belges sont cuites dans de la graisse de bœuf ou « blanc de bœuf ». J'ignore ou l'on peut en trouver en France, donc on utilisera de l'huile de friture ou de la Végétaline® (ou une marque équivalente). Le secret tient dans la cuisson en 2 bains, ce qui permet en plus de préparer une grosse quantité en plusieurs fois, puis de finir la cuisson au moment de servir.

Ingrédients, pour 4 personnes :

1 kg de pommes de terre Bintje ou Nazca (à chaire farineuse et ferme)

De l'huile de friture ou de végétaline (surtout pas d'huile d'olive)*

Sel, poivre

Faire chauffer la friteuse à 150 °C.

Peler les pommes de terre.

Couper en bâtonnets. J'utilise un coupe-frites qui possède 2 tailles de grilles : 9 et 12 mm. Cette recette est basée sur la grille de 9 mm.

Laver les frites à l'eau froide et laisser tremper dans l'eau une vingtaine de minutes. Les sécher soigneusement dans un torchon propre.

Préparer un plat revêtu de papier absorbant.

Plonger la moitié (ou le tiers, en fonction de la taille de votre friteuse) des frites dans la friteuse pendant 7 minutes.

Égoutter au-dessus de la friteuse puis transférer sur le papier absorbant.

Procéder de même pour la cuisson du reste des frites.

Petit secret d'un médaillé de concours : laisser reposer les frites pendant au moins 30 minutes avant de les replonger dans le second bain de cuisson. Cela permet à l'humidité interne de s'évacuer vers l'extérieur.

Quelques minutes avant de servir, remonter la température de la friteuse à 180 °C.

Quand cette température est atteinte, plonger la première moitié des frites précuites dans l'huile.

Surveiller la coloration, c'est assez rapide !

Dès qu'elles sont colorées à souhait (environ 3 minutes), les égoutter soigneusement et les transférer sur le plat de service revêtu de papier absorbant.

Saler, remuer délicatement et servir immédiatement cette première tournée.

Procéder de même pour le reste des frites.

On peut ainsi précuire une grande quantité de frites, puis les dorer au moment de les servir : les baraques à frites ne font pas autrement !

Note * : les vrais connaisseurs utilisent du blanc (ou graisse) de bœuf, un peu difficile à trouver.