



ABONDANCE
UNE VALLÉE UNE VACHE UN FROMAGE



ABONDANCE STICKS



20 min de préparation
15 min de prise au froid
15 min de cuisson

INGRÉDIENTS

Pour 4 personnes :

500 g de fromage Abondance
8 g de carvi
400 g de chapelure
150 g de farine
2 œufs
1L d'huile de friture
sel

LES ÉTAPES DE PRÉPARATION

Tailler des bâtonnets d'Abondance de 1 cm
par 5 cm

1



Mélanger le carvi à la chapelure

Paner à l'anglaise (farine, blanc d'œuf,
chapelure)

2



ABONDANCE
STICKS



ABONDANCE
UNE VALLÉE UNE VACHE UN FROMAGE



3



Laisser prendre au frais

Paner une seconde fois (blanc d'œuf, chapelure)

(Il est possible de paner une troisième fois)

Laisser prendre au frais

4



Frir 3 min à 180°C dans une poêle avec de l'huile

5



Saler, déguster !

ABONDANCE
STICKS