

BUGNES LYONNAISES

Août 2008 (Actualisé en août 2018)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 260 g de farine (250 + 10)
- ★ 3 œufs
- ★ 50 g de beurre
- ★ 1 petit citron jaune Bio
- ★ 50 g de sucre en poudre
- ★ 1 cuillère à soupe de rhum ambré
- ★ Une pincée de sel fin
- ★ Sucre glace

Ustensiles : Casserole, Bol, Cul de poule, Roulette cannelée, Rouleau à pâtisserie, Araignée, Zesteur, Bain à friture

Préparation : 15 mn

Repos : 2h00

Cuisson : 20 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 1,90 € (soit 0,48 € par personne)



Recette :

Couper le beurre en dés, le mettre dans une casserole et le faire fondre à feu très doux. Arrêter la cuisson et laisser refroidir. Brosser le citron sous l'eau courante, l'essuyer, le râper et en récupérer les zestes. Mettre 250 g de farine dans un cul de poule, faire un puits, y ajouter les œufs (les casser un par un dans un bol), le sucre, une pincée de sel, les zestes de citron, le rhum et le beurre. Travailler la pâte avec les doigts jusqu'à ce qu'elle soit homogène. En faire une boule et la laisser reposer pendant 2 heures au frais.

Fariner le plan de travail très légèrement et abaisser la pâte assez finement. Avec une roulette cannelée, découper la pâte en bandelettes de 12 cm par 4 cm. Dans chacun de ces rectangles, faire une incision verticale de 6 cm de long au centre et passer dans celle-ci une des extrémités du rectangle de façon à former un nœud.

Faire chauffer le bain d'huile (arachide) à 180°C. Plonger les bugnes par 5 ou 6 dans l'huile chaude et les laisser colorer une ou deux minutes sur toutes les faces, en les retournant régulièrement. Les retirer à l'aide d'une araignée et les laisser égoutter sur du papier absorbant. Procéder ainsi jusqu'à l'épuisement total des bugnes. Saupoudrer de sucre glace et servir tiède ou froid, mais consommer de préférence le jour même.

i On peut remplacer les zestes de citron et le rhum par de l'eau de fleurs d'oranger, de l'eau de rose, de l'extrait de vanille, ... Les **Bugnes**, d'origine lyonnaise, se consommaient juste avant le Carême et la tradition persiste de nos jours. De nombreuses préparations pratiquement semblables, existent sous d'autres noms dans maintes provinces françaises (par exemple les *rondiaux solognots*).

Boisson :

Un vin de Pays de l'Île de Beauté rosé servi à 8°C ou un cidre doux servi à 10°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.