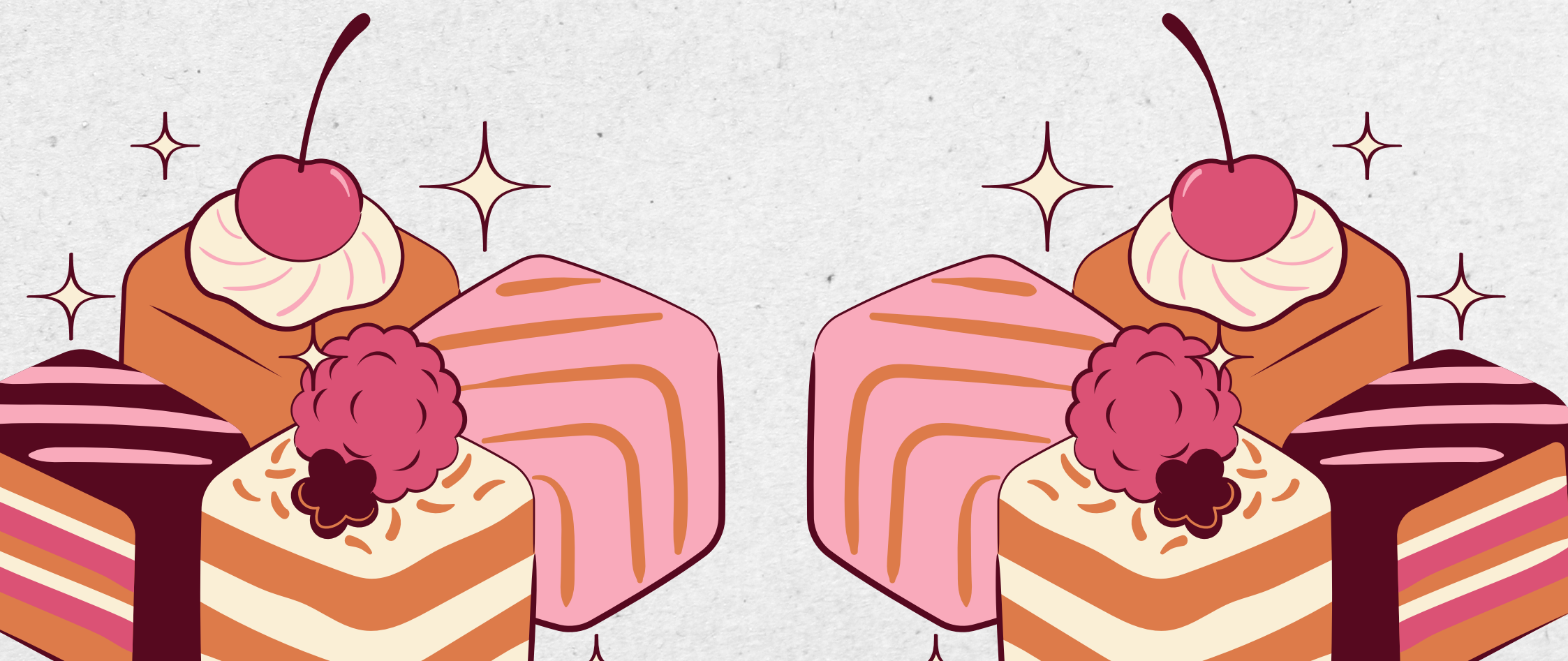




Bugnes maison

JEUDI 26 FÉVRIER 2026

Document réalisé par la Cuisine Centrale de Chamonix Mont-Blanc.



L'équipe de la Cuisine Centrale de Chamonix propose de déguster des bugnes maison.

Les bugnes sont des spécialités culinaires, très anciennes qui remontent au Moyen-Âge. Elles étaient réalisées par des religieuses à partir d'eau, de farine et de levure de bière. À la fin du 19ème siècle, les bugnes s'alourdissent de beurre et d'œufs, consommées avant le Mardi Gras, afin d'épuiser les réserves de matières grasses pour le carême car leur usage n'est pas autorisé durant cette période.

Voici notre recette pour 4 personnes :

Mélanger 250 gr de farine bio type 55, une pincée de sel, ½ sachet de levure chimique, 30 gr de sucre bio en poudre et ½ sachet de sucre vanillé.

Ajouter 2 œufs bio et 30 gr de beurre mou.

Travailler la pâte jusqu'à ce qu'elle soit souple et homogène. La rouler en boule et la laisser reposer 2 heures sous un torchon.

Retravailler la pâte quelques minutes à la main et l'abaisser au rouleau sur 2 millimètres d'épaisseur. Y découper des bandes de 2 centimètres de large sur 6 à 8 centimètres de long, à l'aide d'une roulette dentelée ou d'un couteau.

Pratiquer une incision sur 4 cm au centre.

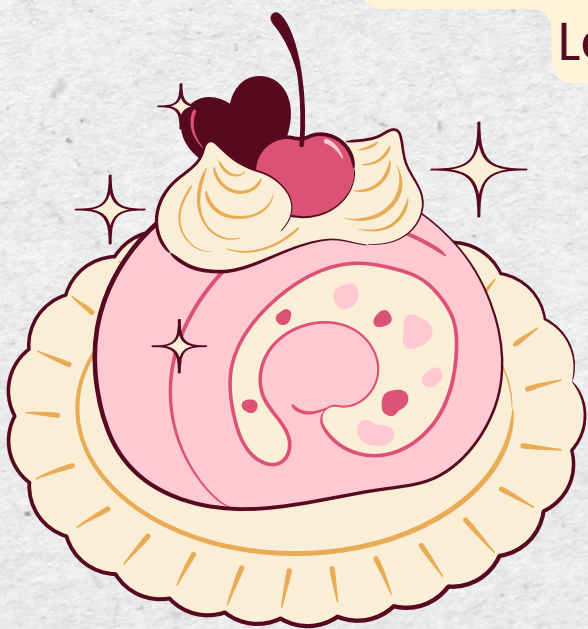
Faire chauffer de l'huile de friture jusqu'à ce qu'elle soit bouillante. Y plonger les rubans de pâte par 6.

Laisser gonfler et blondir de tous côtés.

Retirer les bugnes au fur et à mesure à l'aide d'une écumoire et les égoutter sur du papier absorbant.

Procéder ainsi jusqu'à épuisement de la pâte.

Les saupoudrer de sucre glace.

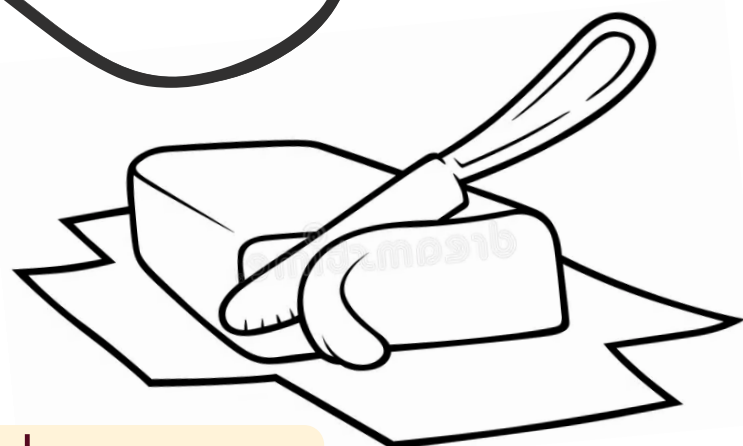
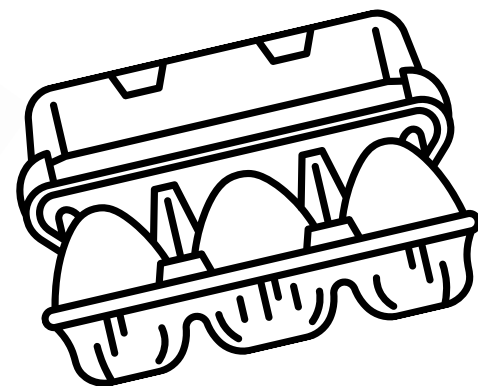
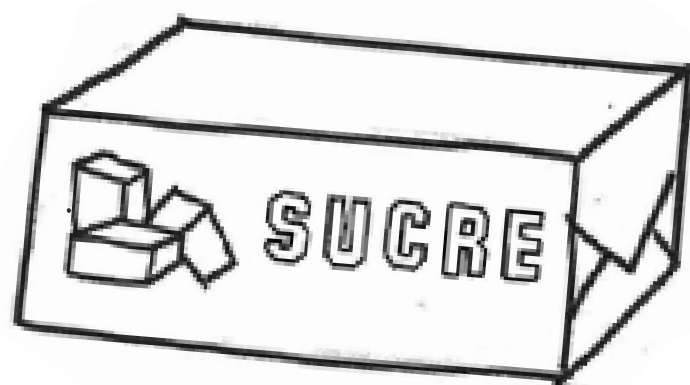
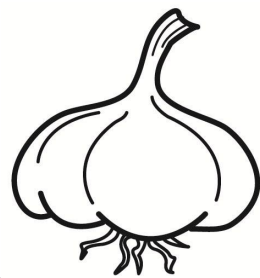
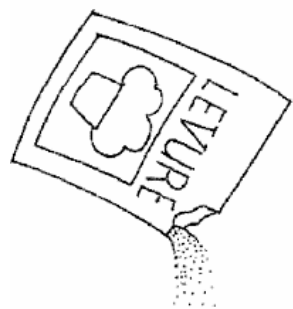


***Bonne
dégustation***



Le Coin des Enfants

Colorie tous les ingrédients nécessaires pour la recette. Attention, aux intrus sinon les bugnes ne seront pas bonnes...



Il ne fallait pas colorier la gousse d'ail et le chou fleur.

Solution :