Choux de Bruxelles croustillants au parmesan

Temps de préparation
30 min à 1h

Difficulté
Facile

Ingrédients

1 kilogramme de choux de Bruxelles (nettoyés et coupés en deux)
1 tasse de farine
1 œuf (battu)
2 tasses de panko
1⁄2 tasse parmesan (râpé)
3 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 cuillerée à thé de sel
1 cuillère à soupe d'ail en poudre
1 cuillerée à thé de poivre de cayenne

Méthode de préparation

1. **Passez d’abord les demi-choux de Bruxelles dans la farine, puis dans l’œuf battu et enfin dans un mélange de panko, de parmesan, d'huile d’olive, de sel, d'ail en poudre et de piment de Cayenne.**

2. **Répartissez-les sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et faites cuire pendant 25 minutes dans un four préchauffé à 200 °C.**