

Espines arrebossades

Tapeta original i marinera molt ràpida i fàcil de fer. Aprofitareu les espines que haurien d'anar a la brossa i ja veureu com és un snack molt bo. Bon profit, culinaris!



Racions: 1

Taula d'ingredients:

espines de seitons
llet sencera
farina de blat
sal
oli d'oliva suau

Passos d'elaboració:

PAS 1 / Macerar les espines de seitó en llet durant uns 30 minuts. Passat aquest temps, esbandir sota el raig de l'aigua i eixugar amb paper de cuina
PAS 2 / Salar i arrebossar amb farina, millor si és especial per fregits. Retirar l'excés de farina amb un colador
PAS 3 / Fregir les espines en un cassó amb oli ben calent, remenant amb una espàtula i controlant que no es cremin. Retirar sobre paper absorbent per eliminar l'excés d'oli i servir

Classificació per temps: Baix

Classificació per preu: Barat

Classificació per dificultat: Molt fàcil

URL d'origen: <http://culinaris.tv/receptes/espines-arrebossades>