

## 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>