

Rántott paprika

Hozzávalók:

- fejenként 2-3db. friss paprika, a fehér fajták közül, szárvége legyen hosszú,
- liszt, tojás zsemlyemorzsa,
- olaj/ csak a paníros kisütéshez/

Készítése:

A paprikákat egészben, szárukat is meghagyva megsütjük. Legjobb platnin végezni ezt a natúr műveletet, mert sülés közben látjuk, száránál fogva könnyen forgathatjuk a paprikákat. Cél az, hogy sehol ne égjen át a héj, csak ráncosodjék, a húsa pedig max. karamell színű legyen itt-ott.

Panírozás előtt el kell távolítani a héjat. Ez akkor sikerül legjobban, ha konyharuhába tekerve pihentetjük, langyosra hűlve kezünkkel lehúzzuk.

/A hideg vízcsap megoldás gyorsabb, de könnyen kieshet a szár -magházastól, s ez nemcsak a látványra, hanem az ízre is kiható baleset/

A panírozást a szár segítségével végezzük, azáltal helyezzük a a sütő olajba.

Petrezselymes rizs körettel, tartár mártással, piros retkes zöld salátával böjti eledelül is szolgálhat