

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

# Tempura di verdure

LUOGO: [Asia](#) / [Giappone](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    COSTO: [medio](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [difficile](#)



La **tempura** è uno dei piatti più conosciuti della cucina giapponese. Può essere di pesce (in genere gamberi o calamari) oppure di verdure.

Generalmente vengono servite insieme. La particolarità di questo piatto è la croccantezza e la leggerezza della pastella. Se come noi quando andate al ristorante è uno dei piatti che ordinate sempre, provate a farlo in casa e vedrete che avrete un risultato incredibile! Seguite i consigli del nostro chef e di certo otterrete una frittura perfetta. Se amate le verdure fritte poi vi invitiamo a provare anche questa [zucca fritta in pastella](#): eccezionale!

## INGREDIENTI

FARINA PER TEMPURA o farina comune -  
200 gr

VERDURE MISTE

(melanzane, carote, zucchini) tagliate a  
bastoncino - 400 gr

ACQUA per avere una pastella liquida -

GHIACCIO per freddare l'acqua -

OLIO DI SEMI PER FRITTURA 1 l

# PREPARAZIONE

- 1 Preparate la pastella per tempura stemperando la farina per tempura con tanta acqua quanta ne serve per ottenere una pastella piuttosto liquida.



- 2 Unite alla pastella anche dei cubetti di ghiaccio per ottenere uno shock termico che renderà la vostra tempura più leggera.



- 3 Passate i bastoncini di verdure prima nella farina e poi velocemente nella pastella per tempura, giusto quanto serve affinché ne siano ricoperti.



4 Traferite la verdura pastellata nell'olio bollente e friggetela.



**5** Continuate con questa operazione fino ad esaurimento della verdura.

## CONSIGLIO

**Come devo fare per non ottenere grumi?**

Puoi girare l'impasto velocemente con una frusta?

**È necessaria la farina da tempura?**

Sì in questo modo risulterà leggera?

**Dove posso trovare questa farina?**

Nei negozi etnici e nella grande distribuzione.