

SECONDI PIATTI

Capocollo fritto con salsa all'aglio

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Se stare ai fornelli a friggere non vi spaventa, ecco per voi una ricetta molto interessante e squisita! Il capocollo fritto con salsa all'aglio è buonissimo e di certo risulta irresistibile per chi non ha problemi di linea anche se, lo possiamo dire fermemente ogni tanto una frittura ci sta! Un piccolo peccato di gola che vi conquisterà al primo assaggio!

Provate questa ricetta gustosa e vedrete che sapore!

INGREDIENTI

CAPOCOLLO 4 fette
ACQUA 4 cucchiaini da tavola
UOVA 2
FARINA 120 gr
NOCE MOSCATA
AGLIO IN POLVERE 1 cucchiaino da tavola
PEPERONCINO IN POLVERE 1 cucchiaino da tavola
PEPE 1 cucchiaino da tavola
PAPRIKA 2 cucchiaini da tavola
SALE 2 cucchiaini da tè
OLIO PER FRIGGERE

PER LA SALSA ALL'AGLIO

SPICCHI DI AGLIO 3
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
MIELE 100 gr
SALSA DI SOIA 35 gr
PEPE

PREPARAZIONE

- 1** Per preparare il capocollo fritto con salsa all'aglio, per prima cosa preparate la panatura: mescolate in un recipiente le uova con l'acqua. In un'altro recipiente raccogliete la farina e, aromatizzatela con la noce moscata, l'aglio in polvere, il peperoncino in polvere, il pepe macinato e la paprika. Insaporite il tutto con un pizzico di sale.
- 2** Preparate la salsa all'aglio: sbucciate e schiacciate gli spicchi d'aglio e, fateli rosolare brevemente con un filo d'olio extravergine di oliva in una padella. Unite nella padella con l'aglio il miele e la salsa di soia. Aromatizzate la salsa con una macinata di pepe e, fate bollire il tutto lentamente per 5 minuti al massimo. Trascorso il tempo indicato, allontanate la salsa dal fuoco e tenetela da parte.
- 3** Portate alla temperatura di 160-170°C, l'olio per friggere in una padella. Appena l'olio avrà raggiunto la temperatura desiderata, prendete le fette di capocollo e, impanatele da prima nella farina, poi nell'uovo e, un'altra volta nella farina.

Friggete le fette di capocollo nell'olio bollente, fino a doratura completa, da entrambi i lati.

- 4** Scolate le fette di capocollo su di un colino o, su della carta assorbente e, lasciate eliminare tutto l'olio in eccesso.

Servite le fette di capocollo calde con la salsa all'aglio, con contorno a piacere.