

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Fritto di verdure con pastella con patate

di: *marble*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *media* COSTO: *basso* REPERIBILITÀ ALIMENTI: *molto facile*



PER LA PASTELLA

500 g di patate

2 uova

acqua gassata

farina

lievito per torte salate

sale. Verdure da friggere quali zucchini

pomodori verdi

carciofi

1 mela

olio di semi per friggere.

PREPARAZIONE

1 Bollire le patate.



2 Schiacciarle.



3 Aggiungere le uova.



4 Poi dell'acqua gassata.



5 Un po' di farina ed 1 cucchiaino di lievito per torte salate, aggiustare di sale.



6 Mescolare bene per ottenere una pastella di una certa consistenza.



7 Pulire e affettare le zucchine, i carciofi, la mela, i pomodori verdi.



8 Immergere il tutto nella pastella e friggere in olio di semi.



9 Il fritto con questa pastella si mantiene croccante a lungo.