

Цуккини в кляре с майонезно-чесночным соусом

Автор: Мухаббат
14.06.2012 08:34 -



При всех видах переработки цуккини приятен и вкусен. Благодаря удачному набору легкоусвояемых углеводов, наличию в свежих и переработанных плодах каротина и витамина С, а в составе золы калия и фосфора цуккини особенно полезен детям и людям пожилого возраста. Закуска готовится очень быстро, а в сочетании с предлагаемым соусом цуккини приобретает некую дополнительную пикантность.

Цуккини в кляре с майонезно-чесночным соусом

Автор: Мухаббат
14.06.2012 08:34 -

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 цуккини (можно молодой кабачок)

1 яйцо

2-3 ст.л. муки

соль

растительное масло для обжарки

для соуса:

50 гр. майонеза

2 зубчика чеснока

Цукини в кляре с майонезно-чесночным соусом

Автор: Мухаббат
14.06.2012 08:34 -

3 веточки петрушки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Цукини вымыть, обсушить и нарезать кружочками толщиной 0,5 см. Посолить с обеих сторон оставить минут на 5.

Яйцо взбить венчиком, посолить, добавить постепенно муку. Масса должна быть вязкой, но не крутой и не жидкой, поэтому количество муки нужно самим регулировать, поскольку клейкость у муки разная.

На сковороду налить растительное масло так, чтобы покрыло всё дно. Разогреть.

Каждый кружок цукини обмакнуть полностью в кляр, приподнять кружок и дать излишку

Цуккини в кляре с майонезно-чесночным соусом

Автор: Мухаббат
14.06.2012 08:34 -

кляра стечь и выложить в сковороду. Обжарить с обеих сторон до золотистой корочки. Выложить обжаренные кружочки на тарелку с бумажным полотенцем, для того, чтобы избавиться от излишка масла.

Соус: чеснок очистить и измельчить. Петрушку вымыть, удалить грубые стебли и мелко нашинковать. Майонез выложить в небольшую чашку, добавить чеснок и петрушку, перемешать.



Цуккини в кляре с майонезно-чесночным соусом

Автор: Мухаббат
14.06.2012 08:34 -

{comments on}