

Metoda mea de Vinete Pane, toate Secretele Dezvaluite



Metoda mea de Vinete Pane, toate Secretele Dezvaluite



Iata aici metoda mea de **vinete pane**, toate secretele dezvaluite. Nu am cuvinte sa va spun cat de buna este aceasta reteta cu vinete si cat de usor se face. O reteta de **vinete pane crocante**, vinete ce nu absorb foarte mult ulei, si cum sa procedezi pentru a nu se intampla acest lucru.

- 2-3 vinete aprox. un kg
- 1 1/2 linguriță de sare
- 1/2 linguriță piper proaspăt rășnit
- 150 g făina de grâu;
- 200-250 g fulgi de porub mîrunțiți
- 2-3 ouă, sau de câte este nevoie
- 2-3 căței de usturoi
- 150-200 ml ulei fl soarelui sau de măsline

1. Alege vinete mici și tăiați-le în felii de aproximativ 7-8 mm grosime. Tăiați capetele vinetelor și verificați dacă semințele sunt subdezvoltate.



2. Încălzește o tigaie și prăjește feliile de vinete pe

ambele părți până se înmoaie și se rumenesc ușor.

3. Sparge ouăle în bol și adaugă sarea, piperul și usturoiul ras., amestecă bine până când toate ingredientele sunt omogenizate și într-un alt bol, amestecă făina cu sare și piper pentru a forma un amestec uscat.
4. Pune pesmetul (fulgii de porumb) într-un bol separat pentru a acoperi vinetele după ce le-ai trecut prin amestecul cu ou.
5. Treci fiecare felie de vinete pe rând prin amestecul de făină, apoi prin ou și după prin amestecul de pesmet.
6. Încălzește uleiul într-o tigaie la foc mediu-mare.



7. Prăjește feliile de vinete în uleiul încins până devin aurii și crocante pe ambele părți.
8. Scoate feliile de vinete prăjite pe șervete de hârtie pentru a absorbi excesul de ulei.



9. Servește vinetele pane calde, alături de sosul tău preferat (de exemplu, ketchup).

