

Peștișori crocanți la cuptor – Dacă știam cât sunt de gustoși făceam mai des



Peștișori crocanți la cuptor



Astăzi vă aduc o rețetă care vă va face să vă lingeți pe degete: **Peștișori crocanți, delicioși și sănătoși, perfecți** pentru a fi serviți cu o **salată proaspătă** sau cu un **sos de iaurt și usturoi**.

Ingredientele sunt mai jos în descriere, iar rețeta pas cu pas este prezentată în video.

- 1 kg șprot
- 6 căței de usturoi
- 20 ml ulei de măsline
- 200-250 g făină de porumb
- 50 g făină din grâu dur
- 1 linguriță sare
- 1/2 linguriță piper

1. Curățăm bine peștișorii și îi condimentăm cu sare, piper și usturoi pentru a le oferi un gust savuros. Adăugăm și un strop de ulei de măsline pentru o textură mai fragedă și un gust mai bogat.

2. Trecem peștișorii printr-un amestec de făină de porumb și făină de grâu dur, rulăm peștișorii și îi așezăm frumos pe o tavă unsă cu ulei de măsline.
3. Cuptorul trebuie preîncălzit la 180 de grade, iar peștișorii noștri vor petrece acolo aproximativ 35-40 de minute, până devin aurii și crocanți.