

İzmir Lorlu Enginar Kızartması

Toplam 30 dk

Hazırlama 15 dk · Pişirme 12 dk

4 kişilik

Orta

~178 kcal

Açlık bar 3/10

İzmir lorlu enginar kızartması, enginarın ince kaplamayla kızartılarak Ege'ye hafif gevrek ve sütlü bir meze sunar.

Malzemeler

- 6 adet Enginar kalbi
- 120 gr Lor peyniri
- 4 yemek kaşığı Un
- 1 adet Yumurta
- 3 yemek kaşığı Zeytinyağı

Yapılışı

1. Enginarları kurulaştırın ve kararmamaları için limonla hafifçe ovun.
2. Enginarlarına bulayıcı olarak un serpiştirin, sonra çirpim yumurtaya batırın.
3. Tavada iki yüzünü toplam 7 dakika kızartarak pişirin.
4. Üzerine lor serpin, zeytinyağı gezdirip 1 dakika servis edin.

PÜF NOKTASI

Enginarları kurulaştırırken un bulamak kaplamanın tavada tutunmasını kolaylaştırır.

SERVİS ÖNERİSİ

Üzerine sızma zeytinyağı ve pul biber gezdirip küçük derin tabakta mezelik sunum kurun.

Alerjenler

Gluten

Süt

Yumurta