

FRITTELLE DI CAROTE ED ERBA CIPOLLINA

35 minuti · Vegetariana · Serve per 4

Ingredienti:

500 g di Carote Verdure di Romagna

1 cipolla

1 spicchio di aglio

4 cucchiaini di farina 00

1 vassoio di Erba Cipollina Sapori del Mio Orto

2 uova

sale e pepe

olio EVO

100 g di panna acida

1 cucchiaino di maionese

1 cucchiaino di salsa di soya

cucchiaini semi di sesame


Istruzioni:

Sbucciare e grattugiare le Carote con una grattugia a fori grossi. Dopodichè preparare la salsa alla panna acida. In una ciotolina mescolare la panna acida con la maionese, semi di sesamo e la salsa di soya. Coprire e lasciarla in frigorifero. In una ciotola sbattetele le uova, la farina, sale e pepe, mescolare energicamente per evitare la formazione di grumi, poi aggiungere le carote, 2 cucchiaini di erba cipollina e la cipolla tritata finemente insieme con uno spicchio d'aglio e mescolare bene. In una padella scaldare l'olio EVO, versare l'impasto con un cucchiaino per creare le frittelle, cuocerle per circa 3-4 minuti su ambo i lati fino a quanto non saranno ben dorate. Servire le frittelle di carote calde.

PER I NOSTRI BIMBI

Il contorno ideale per I bambini da sempre restii a mangiare le verdure. Le Frittelle di Carote sono veloci da preparare e ottime da servire anche come aperitivo.

| | | |
|------------------------------------|------------------------------|---------------------------|
| TEMPO DI PREPARAZIONE 30 MINUTI | TEMPO DI COTTURE 5 MINUTI | TEMPO TOTALE 35 MINUTI |
|------------------------------------|------------------------------|---------------------------|

 RICETTA X 4 • CAL 45 (l'una)

