

Zucchine fritte con salsa alla menta



Esecuzione: Facile

Preparazione: 25

Cottura: 15

Dosi per 4 persone

Mescola lo spicchio d'aglio tritato allo yogurt, tosta i pinoli in un padellino antiaderente, spezzetta la menta. Lava le zucchine, spuntale e tagliale a bastoncini. Mescola con la frusta la farina e aggiungi la birra, l'olio e i tuorli, monta gli albumi a neve e uniscili alla pastella. Scalda abbondante olio per friggere. Immergi i bastoncini nella pastella, poi tuffali pochi alla volta nell'olio caldo. Friggili per 2-3', sgocciolali su carta da cucina e salali.

Distribuisci lo yogurt nelle ciotoline e aggiungi una macinata di pepe, i pinoli e la menta. Servi la salsa con le zucchine calde.

Ingredienti per 4 persone

- 500 g di zucchine

- 1 spicchio d'aglio
- 200 g di yogurt
- 20 g di pinoli
- menta
- 60 g di farina
- 1 dl di birra
- 3 cucchiaini di olio EV
- 2 tuorli
- 3 albumi
- olio per friggere
- sale e pepe