

Pescaíto frito



Carnes, pescados y derivados

Elaboración: **Media**

Personas: **4**

Tiempo: **20'**

Ingredientes:

Boquerones	400 gramos	Aceite de oliva virgen extra	
Harina de garbanzo		Limón	1 unidad
		Sal	

Elaboración:

1. Limpiar bien los boquerones, dejándolos sin cabeza. Salarlos.
2. Calentar suficiente aceite de oliva en un cazo como para freír los boquerones en dos o tres tandas.
3. Pasar los boquerones por la harina de garbanzo, cubriéndolos bien y apretando ligeramente para crear una capa perfecta. Sacudir el exceso de harina y reservar.
4. Cuando el aceite haya alcanzado una temperatura de 180 °C, incorporar uno a uno los boquerones. Estos deben tener espacio libre para que se fríen bien y no se rompan; de otro modo, absorberían mucha grasa.
5. Cuando los boquerones hayan alcanzado un bonito color dorado (1-2 minutos), sacarlos del aceite con una espumadera o pinzas y dejarlos reposar sobre papel absorbente.
6. Servir inmediatamente junto con el limón cortado a cuartos.

Recomendaciones/observaciones:

Trucos para evitar el exceso de grasa:

- Es muy importante mantener el aceite a 180 °C para evitar que el pescado se «cueza». Si echamos mucha cantidad de golpe al aceite de fritura, este se enfriará y la capa de harina se romperá, dejando pasar el aceite.
- Del mismo modo, es fundamental dejar suficiente espacio a los boquerones en el papel absorbente, sin amontonarlos. De este modo lograremos un pescado menos grasiento y más crujiente.



© Recetas elaboradas por el equipo de Fundació Alcía.