

Fagiolini in tempura

Fagiolini in tempura: un piatto perfetto per gustare le verdure di stagione in modo diverso.



Hai mai provato la **tempura**? È una tipologia di **frittura molto leggera**, ideale per preparare delle gustose **ricette gourmet**. Il piatto di oggi prevede questa tipologia di cottura e il protagonista è una **verdura di stagione**: i **fagiolini**! Sperimenta questa nuova ricetta e scopri come si preparano i **fagiolini in tempura**. Sono davvero buoni, gustosi e leggeri: ottimi per una sfiziosa eccezione salata!

Difficoltà: bassa

Costo: basso

Tempo di preparazione: 10 min.

Ingredienti per 1 persona

250 g di fagiolini

150 g di farina di tipo 2

150 ml di acqua frizzante freddissima

1 uovo intero Passo dopo Passo Despar

500 g di olio di semi di girasole spremuti a freddo

Un pizzico di sale marino integrale

Procedimento

1. Lava i fagiolini ed elimina le estremità. Sbollentali per 3 minuti in acqua bollente non salata. Scolali e raffreddali.
2. Sbatti bene l'uovo con una forchetta in una ciotola e aggiungi poco per volta la farina alternandola all'acqua frizzante freddissima, mescolando con una frusta da cucina.
3. Scalda l'olio in un pentolino dai bordi alti, intingi i fagiolini nella pastella e tuffali delicatamente nell'olio che dovrà aver raggiunto la temperatura di 170 °C. Cuoci per 5 minuti girando di tanto in tanto o fino a quando la pastella risulterà dorata.
4. Servi ancora caldi con poco sale.