

Berenjenas con miel



Nombre de la receta

Berenjenas con miel

Tiempo

1 Horas

Dificultad

Sencilla

Personas

4

Alérgenos



Gluten

Descripción

Berenjenas rebozadas y fritas con miel.

Lugar originario de la receta

Córdoba

Ingredientes

- 2 berenjenas grandes
- 100 gramos de harina
- 2 cucharadas soperas de miel de caña
- al gusto de sal
- 200 mililitro de aceite de oliva

Pasos

1 Para realizar nuestras berenjenas, en primer lugar las lavaremos y secaremos sin pelar. A continuación, las partimos en rodajas de medio centímetro aproximadamente, las colocamos en un bol cubiertas de agua. Añadimos sal suficiente para que se salen y a la vez suelten el amargor. Las tendremos en agua 30 minutos mínimo.



2 Pasada la media hora las escurrimos en un escurridor y las enharinamos sacudiendo el exceso de harina.



3 Ahora ponemos una sartén con el aceite al fuego y cuando esté caliente vamos friendo las rodajas de berenjena hasta que estén doradas.



4 Cuando las vamos sacando las colocaremos sobre una bandeja con papel absorbente hasta que las tengamos todas.



5 Ya solo nos queda pasarlas a los platos donde se van a servir y rociarlas con miel. A disfrutar de nuestro rico aperitivo.

Observaciones o consejos

La receta auténtica utiliza miel de caña. En esta ocasión hemos utilizado miel de abeja pues no teníamos otra. Están igualmente riquísimas. Hay quien reboza las berenjenas en tempura para freírlas. Hechas tal

cual las hemos hecho en esta receta, salen crujientes, sin coger aceite y más ligeras.

Autor

Matilde Linares