

Churros de la huerta

Ingredientes:

- Berenjena Fresca (1 Kg.)
- Harina de Arroz (1/2 Kg.)
- Yemas de Huevo (2 unidades)
- Aceite de oliva virgen extra
- Agua (¡importante que esté muy fría!)
- Mahonesa
- Salsa de Tomate Natural.



*Elaboración:

Pela las berenjenas y córtalas igual que si fuésemos a hacer patatas fritas. Pon los “churros” de berenjena en agua con sal durante 30 minutos. Quita el agua y deja que se sequen.

Vamos a preparar la tempura. Para ello, en un bol pon las yemas de huevo, bate con un poco de agua, agrega la harina y añade el agua poco a poco hasta obtener una pasta con una textura de crema líquida.

Pon a calentar el aceite de oliva en una sartén en el fuego. Cuando este bien caliente, ir pasando las berenjenas por la tempura y freír.

Saca una vez que estén doradas, escúrrelas y déjalas unos segundos sobre papel absorbente.

Sírvelas caliente y acompaña con la mahonesa y la salsa de tomate natural.

Programa Escolar de consumo de frutas
y hortalizas en la Comunidad de Madrid