Receta de Coliflor Rebozada En Salsa

22 Abr 2014

Buenos días a tod@s, para hoy os dejo esta receta de Coliflor que aunque a algunos no son muy amantes de esta verdura, os confieso que una vez que la pruebas quedas encantad@ con este rico plato.

Ingredientes

- Coliflor (una mediana)
- Harina
- Huevos (dos o tres)
- Aceite de oliva
- Sal
- Ajos (cuatro o cinco dientes)
- Perejil
- Cebolla (una pequeña)
- Condimento amarillo
- Pimentón rojo (una cucharadita)
- Pastilla de Avecrem
- Laurel (dos o tres hojas)
- Cominos molidos

Modo de Preparación

1. Cortar la coliflor en floretes, lavarla y escurrir
2. Poner aceite de oliva en una sartén y calentar, batir los huevos
3. Rebozar los floretes de coliflor primero en harina y después en el huevo batido, freír y echar un poco de sal por encima
4. Sacar cuando estén doraditos por todos los lados e ir poniéndolos en una cacerola o en la olla
5. Colar el aceite y poner en otra sartén
6. Picar la cebolla en trocitos muy pequeños y echar a la sartén
7. Machacar los ajos y el perejil y un poco de comino molido, añadir a la sartén con la cebolla, echar un poco de pimentón rojo, harina y un poco de condimento amarillo y unas hojas de laurel, añadir agua suficiente para que quede cubierta la coliflor, y echar la pastilla de Avecrem
8. Dejar que hierva un poco y volcar sobre la coliflor ya rebozada, dejar cocer hasta que esté blanda la coliflor, si lo hacéis en la olla, sobre 8/10 minutos a fuego medio, rectificar de sal
9. Servir caliente y.....buen provecho!!!