COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web

Dados de mozzarella crujientes y saludables

Receta para 2 personas

INGREDIENTES

- [ ] 200 gramos Mozzarella
- [ ] 50 gramos Harina de trigo
- [ ] 50 gramos Cereales de trigo sin azúcar
- [ ] 1 huevo Huevo

PREPARACIÓN

1. Para comenzar con la receta, cortamos la mozzarella en dados.

2. Rebozamos los dados de mozzarella. Para ello, preparamos 1 huevo, cereales de trigo y harina. Primero, batimos el huevo, reservamos. Para preparar el rebozado de los cereales, los ponemos en una bolsa hermética y con un rodillo aplastamos hasta que quede muy bien troceado, tiene que ser muy finito. Reservamos en un plato.

3. Rebozado: pasamos primero la mozzarella por huevo, después por harina, de nuevo por huevo y finalmente, por el rebozado de cereales de trigo sin azúcar. Tiene que quedar muy bien cubierta toda la mozzarella.

4. Dejamos los dados de mozzarella en el congelador durant 20 minutos para que quede fijado el rebozado.

5. Después, freímos los dados en una sartén con aceite de oliva virgen extra o, como en nuestro caso, en la freidora de aire. Programamos 10 minutos a 180 grados. De esta manera, no usamos aceite en la fritura y quedan, también, muy crujientes y deliciosos. ¡Y listo! ¡Qué aproveche!