

CANNAMELA

Pakora di verdure



Ingredienti

- 200g Besan (farina di ceci)
- 1 cucchiaino lievito chimico (5g)
- 250g acqua
- 6g Spezie Tandoori Masala CANNAMELA
- 60g cipollotti (solo la parte verde)
- 100g cimette di cavolfiore scottato
- 160g patate scottate a cubetti
- 120g cipolla a spicchi
- 150g melanzana a listarelle
- 60g spinaci lavati e asciugati
- qb olio di sesamo o arachidi
- qb sale



Porzioni
4 persone



Portata
Piatto
unico



Tempo
20 minuti



Difficoltà
Facile



Cottura
Fritto



Kcal per
persona
1*



Preparazione

- 1** Preparate la pastella con la farina di ceci, il lievito e l'acqua.
- 2** Insaporite con 6 g di Spezie Tandoori Masala CANNAMELA.
- 3** Alla pastella unite le verdure tagliate.
- 4** Controllate il sale.
- 5** Scaldate abbondante olio e, quando sarà caldo, immergete piccole porzioni di impasto.
- 6** Scolate le frittelle dopo la doratura.