BERENJENAS FRITAS CON MIEL

INGREDIENTES

-Una berenjena de buen tamaño

-Harina

-Aceite de oliva virgen extra

-Miel de caña (o miel de flores)

REALIZACIÓN

1. Cortamos las berenjenas en bastoncitos, como si fueran patatas fritas grandecitas, o en rodajas finas, como más guste. Las ponemos en un colador espolvoreando sal por encima durante media hora para que suelten todo el líquido posible.

2. Las secamos muy bien con papel de cocina o con un paño limpio y las pasamos por harina especial para freír o harina de repostería.

3. De inmediato las llevamos a una sartén o freidora con aceite que ya esté caliente (en freidora 170 grados) y freímos hasta que doren.

4. Sacamos y escurrimos sobre papel de cocina para que suelten el exceso de grasa.

5. Servimos antes de que pierdan el punto crujiente y rociamos con un hilo de miel de caña. Se pueden añadir almendras picaditas.