



Spiedini di mozzarelline fritte Gluten Free



Ingredienti per 4 persone

60 g	Pane di quinoa grattugiato
40 g	Farina di ceci
n° 20	Mozzarelline ciliegia
n° 12	Foglie di salvia
n° 2	Uova
q.b.	Sale
q.b.	Olio di semi di arachidi per friggere

Preparazione

1. Rompere le uova in una terrina, salarle e sbatterle con una forchetta.
2. Versare la farina di ceci e il pane di quinoa grattugiato in due piatti diversi.
3. Comporre gli spiedini infilando su ogni stecco 5 mozzarelline intervallate con 3 foglioline di salvia.
4. Passare gli spiedini nella farina di ceci, poi nell'uovo; lasciarli sgocciolare per qualche secondo, infine rigirarli nel pane di quinoa grattugiato. Per un'impanatura più spessa, ripassarli nell'uovo e ancora nel pane di quinoa grattugiato: con la doppia impanatura si formerà una crosticina molto resistente.
5. Scaldare abbondante olio in una padella per fritti che possa contenere gli spiedini, immergerli e farli friggere per 2 minuti al massimo, togliendoli appena le mozzarelline saranno dorate.