



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

Pana di Lingua

Dil Panesi



1 lingue di boe
2 uova
Mezzo bicchiere di farina
1 bicchiere di pangrattato
1 cucchiaino di sale
Per friggere;
1,5 bicchieri d'olio vegetale

Lingua di boe si mette nella pentola a pressurata, dopo nel momento di bollimento si bolle circa per 45 minuti.

Dopo aver levato la membrana la lingua si mette nel frigo e si lascia a riposare circa per 4 ore.

Poi la lingua si taglia in dimensioni di 3 dita. Ogni pezzo prima passa dalla farina poi dalla sale e poi dall'uovo e l'ultimamente fa passare dal pangrattato.

Poi nella padella si mette olio vegetale e dopo aver riscaldato le lingue si arrossiscono bene tutte due facciate.

Dopo aver arrossito si prendono sulla carta e si levano l'olio, poi si prendono nel piatto da servire.

Nota: Per il posto di pangrattato si può usare anche i pezzettini di pane.