



Kalafior w pomidorach



Sposób przygotowania

Kalafior oczyścić, umyć i podzielić na różyczki. Blanszować w osolonym wrzątku przez ok. 5 min. Ostudzić i osączyć. Cebulę i czosnek pokroić w drobną kostkę i przeszklić na oleju. Dodać przecier i pomidory z puszki wraz z sosem. Gotować sos przez 4-5 min. Doprawić do smaku solą i pieprzem cayenne. Bułkę tartą wymieszać z tartym parmezanem. Różyczki kalafiorowe obtoczyć najpierw w mące, potem w jajku, a następnie w bułce z parmezanem. Smażyć na gorącym maśle lub margarynie z każdej strony na złotobrazowy kolor. Bazylie drobno posiekać, dodać do sosu i zagotować. Kalafior podawać z gorącym sosem z pomidorów.

Składniki

- 1 puszka krojone pomidory w soku pomidorowym
- 3 łyżki przecier pomidorowy
- 3 szt. cebule
- 1 ząbek czosnek
- 1 szczypta pieprz cayenne do smaku
- 5 dag starty żółty sera...najlepiej parmezan
- 1 pęczek świeża bazylia
- 2 szt. jajka
- 3 szczypty mąka i bułka tarta do panierowania
- 4 łyżki masło
- 4 łyżki olej
- 1 szczypta sól do smaku
- 1 szt. kalafior