

Pepite croccanti di tacchino senza glutine con salsa



Ingredienti:

700 g coscia di tacchino
3 cucchiaini abbondanti paprika dolce q.b.
aglio granulare q.b.
amido di riso q.b.
corn flakes q.b.
3 uova
300 g yogurt greco
50 ml succo di limone
1 spicchio aglio
erba cipollina
sale, pepe

Taglia la coscia di tacchino a fettine abbastanza sottili e non troppo grandi. Mettitele tutte in una ciotola con la paprika, aglio granulare e sale. Mescola per distribuire bene gli aromi poi copri con la pellicola. Lascia riposare nel frigo almeno 2 ore.

Sbatti le uova, condisci con sale e pepe.

Passa ogni fettina di carne prima nel amido di riso, nelle uova e infine nel corn flakes sbriciolati.

Friggi nell'olio a bagno, precedentemente riscaldato per 3 minuti con MC sopra, fino a doratura desiderata.

Togli le pepite sulla carta assorbente.

Prepara la salsa mescolando lo yogurt con sale, pepe, l'aglio tritato finemente, il succo del limone e se vuoi anche un pò di buccia grattugiata del limone.

Servi insieme.

Eliza Sestov