

RECEPTES ORIGINALS DE CARN

ARREBOSSADA

- **En què consisteix arrebossar?**

Consisteix en cobrir un tall de carn o de peix amb ou, farina, pa ratllat, cereals, quicos, llavors, etc.

- **Com és la textura d'un aliment arrebossat?**

Es caracteritza per tenir una textura cruixent.

- **Quina és la recomanació per a les fritures?**

La **fritura** és una tècnica de cocció amb què **augmentem les calories** del plat final.

Es recomana **1 fregit per setmana** com a màxim.

RECEPTES ORIGINALS DE CARN

ARREBOSSADA

Per fer un bon arrebossat:

- ✓ Fregir amb oli d'oliva.
- ✓ Evitar que l'oli fumegi.
- ✓ Afegir l'aliment quan l'oli estigui ben calent.
- ✓ Submergir l'aliment completament en oli (*fritura per immersió*).
- ✓ Posar l'aliment sobre paper absorbent un cop fregit.

