



Daus de peix adobat i fregit

Ingredients (per a 1 ració)

120 g de rap
½ llimona
1 all
Farina
Pa ratllat
1 ou
Orenga
Julivert
Oli d'oliva verge extra

Elaboració

1. Demaneu a la peixateria que netegin el rap i que el tallin a daus d'uns 3 cm de gruix.
2. Piqueu el julivert.
3. Barregeu el suc de mitja llimona amb l'orenga, el julivert picat i l'all sencer picat.
4. Poseu el rap en un recipient ample, afegiu-hi la barreja anterior, remeneu i deixeu-ho marinar durant trenta minuts a la nevera.
5. Arrebosseeu el peix primer amb farina, després amb ou i finalment amb pa ratllat. Fregiu-lo en una paella amb oli d'oliva abundant. És important que l'oli sigui ben calent per disminuir-ne l'absorció.
6. Escorreu-lo damunt de paper absorbent i serviu-lo.