

Μπακαλιάρος τηγανισμένος σε σουσάμι

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Υλικά

500 γρ φιλέτο μπακαλιάρου ξαλμυρισμένου

3-4 κουταλιές της σούπας αλεύρι

4 κουταλιές της σούπας σουσάμι

1 κουταλάκι του γλυκού αλάτι

Λίγο πιπέρι

Εκτέλεση

Πλένουμε τα φιλέτα, τα στραγγίζουμε και τα κόβουμε σε κομμάτια (μερίδες). Κόβουμε τα κομμάτια με ένα ψαλίδι για να μη διαλύσουμε το ψάρι, αφού η πέτσα δεν κόβεται τόσο εύκολα με το μαχαίρι.

Σε ένα βαθύ πιάτο βάζουμε το αλεύρι, το σουσάμι, το αλάτι, το πιπέρι και ανακατεύουμε.

Βουτάμε τα κομμάτια του ψαριού, τα καλύπτουμε με το μείγμα από όλες τις πλευρές και τα τηγανίζουμε σε καυτό λάδι μέχρι να ροδίσουν και να ψηθούν.

Αφήνουμε το μπακαλιάρο σε απορροφητικό χαρτί να στραγγίξει από τα πολλά

λάδια.

Σε ένα στεγνό τηγάνι βάζουμε 2 κουταλιές της σούπας σουσάμι και το καβουρδίζουμε λίγο. Τοποθετούμε τα φιλέτα του ψαριού σε ένα πιάτο στρωμένο με φύλλα μαρουλιού και πασπαλίζουμε με το ψημένο σουσάμι.

Πηγή: ikypros.com