



VEGETARISK

Pankofriterad avokado med parmesan & persilja

Kock: **Isabella Bruckner** Tid: **15 min** Portioner: **2**



Dessa avokadosnacks är beroendeframkallande! Så goda att äta precis som de är med lite pressad lime eller att dippa i en het paprikasalsa.



INGREDIENSER

2 stycken mogen avokado
1 deciliter mjöl
1 deciliter pankoströbröd
1 stycken ägg
0.5 deciliter parmesanost
1 knippe bladpersilja
havssalt
frityrolja eller rapsolja

Garnering

limeklyftor
bladpersilja

GÖR SÅ HÄR

1

Ta fram tre stycken skålar. Fördela mjöl i ena och lättvispat ägg i den andra. Blanda ihop panko, finriven parmesanost, hackad persilja och havssalt i den tredje skålen.

2

Skala, kärna ur och dela avokadon i klyftor. Doppa klyftorna först i mjöl sen i ägg och sist i ströbröd. Friterar avokadon i olja cirka 1 minut på varje sida. Låt rinna av på hushållspapper. Ät och njut!