پنجشنبه 07 مرداد 1389 - 08:51

خوراک اسفناج با چیپس سیر

برای تهیه چیپس سیر، ابتدا سیر را به صورت خیلی نازک برش دهید، سپس آن‌ها را در روغن سرخ کنید...

برای تهیه چیپس سیر، ابتدا سیر را به صورت خیلی نازک برش دهید، سپس آن‌ها را در روغن سرخ کنید.
زمان تهیه: 5 دقیقه
زمان پخت: 5 دقیقه

مواد لازم برای 4 نفر:
سیر: 5 حبه، پوست آن‌ها را درآورده، سپس به صورت خیلی نازک، آن‌ها را برش دهید.
روغن زیتون: 3 قاشق غذاخوری
برگ‌های کوچک اسفناج: 350 گرم
نمک: نصف قاشق چای‌خوری
فلفل: مقدار لازم

طرز تهیه:
• درون یک تابه بزرگ، روغن بریزید و سیرهای نازک شده را درون آن سرخ کنید.
• حرارت را کم کرده و بگذارید سیرها آرام درون روغن سرخ شوند.
• به محض اینکه سیرها طلایی رنگ شدند آن را از روی حرارت برداشته و درون ظرفی بریزید که از قبل درون آن دستمال خشک کن قرار داده تا روغن‌های اضافی جذب دستمال شوند.
• نیمی از روغن درون تابه را در ظرفی دیگر بریزید و نیمی از اسفناج‌ها را درون تابه به مدت یک دقیقه تفت دهید و به آن‌ها نمک و فلفل اضافه کنید و آن را درون ظرف مورد نظر قرار داده و با بقیه روغن و نیز نیمی دیگر از اسفناج‌ها همین مراحل را تکرار کنید.[اسفناج پنیر مربعی]
• هنگام سرو، روی اسفناج‌های سرخ شده، چیپس سیر بریزید و میل کنید.