





Cukinia w wiórkach kokosowych

 Renixx

Polecane na: [przystawki i przekąski](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 1 porcja

Składniki:

cukinia średnia - 1-2 szt.
mąka pszenna - 2-3 łyżka
kefir - 1 szklanka
bułka tarta - 2-4 łyżka

wiórki kokosowe - 1 szklanka
sól - - trochę
olej do smażenia - - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Cukinię umyć, obrać i pokroić w plastry o grubości 1 cm, oprószyć solą, gdy puści sok, osuszyć papierowym ręcznikiem. Do miseczki wsypać mąkę, wlać kefir, dodać szczyptę soli, wymieszać. Bułkę tartą wymieszać z wiórkami kokosowymi. Przygotowane plastry cukinii zanurzać w przygotowanym kefirze, następnie obtaczać w bułce tartej wymieszanej z wiórkami kokosowymi. Smażyć na rozgrzanym oleju z obu stron na złoty kolor. Usmażoną osączyć z nadmiaru tłuszczu na papierowym ręczniku. Podawać np. z dodatkiem śmietany.