

Lezzet uvalı Patates

Anavatanı Güney Amerika olan patatesin mutfaklarımıza girişi 1800'l yıllarda da olsa en kadim dostumuz olarak sofralarımızdaki yerini almıştır. Sadece bizim değil tüm dünya mutfaklarında geç de olsa gereken önem verilmiştir. Patatesle hazırlanan oldukça fazla çeşitte yemeğe sahibiz. Patatesli orbalar, çeşit çeşit salatalar, etli yemekler, hamur işleri, kızartmalalar, haşlamalar, oturtmalar, köfteler, hatta tatlıları sıralayabiliriz.

Pek çok vitamin ve minerale sahip patatesin kabukları değerli olduğu için tüketilmesinde fayda vardır. Besin değerini kaybetmemesi için serin ve karanlık yerlerde saklanması, soyduktan sonra bekletilmeden tüketilmesi önemlidir. Patatesi satın alırken filizlenmemiş ve sert olanları tercih edin. Patates kızartmasını ise sevmeyenimiz yoktur. Kızartmalık patates iri ve dilimlendiğinde sarı renkte olandır. İşte tır tır patates kızartmak için yapmamız gerekenler; patatesleri iyice yıkayın. Tuz ve karbonat eklenmiş suya koyup 1 saat buzdolabında bekletip szn. Patatesleri kağıt havluyla kurulayın. Üzerini hafifçe tuzlayın. Kızgın bol sıvı yağda altın rengini alıncaya kadar kızartın. Kızartma tenceresini patatesle iyice doldurmayın. Szerek kağıt havlu serilmiş servis tabağına alıp yine hafifçe tuz serpin, işte en gevreğinden tır patates tarifi... Patatesle hazırlanan alternatif tarifleri ise sizin için hazırladım...