16 Αυγούστου 2023

Κολοκυθολούλουδα με αυγά

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γαστρονομία





Υλικά:

20 – 30 λουλούδια

3 – 4 αυγά
2 κουταλιές βούτυρο
5 – 6 φύλλα δυόσμου ψιλοκομμένα
¾ φλυτζάνια του τσαγιού τυρί τριμμένο (κεφαλοτύρι)
Πιπέρι – αλάτι

Εκτέλεση:
Καθαρίζουμε τα λουλούδια από τα κοτσάνια και τα πλένουμε. Τα ζεματίζουμε σε βραστό νερό με λίγο αλάτι, τα βγάζουμε αμέσως και τα στραγγίζουμε καλά. Καίμε το βούτυρο στο τηγάνι και τα ρίχνουμε μέσα με τον δυόσμο ψιλοκομμένο και σοτάρουμε. Χτυπάμε τα αυγά και τα ρίχνουμε στο τηγάνι με λίγο πιπέρι και αλάτι. Κατόπιν ρίχνουμε και το τυρί. Όταν ψηθούν τα αυγά, αποσύρουμε απ’ τη φωτιά και σερβίρουμε.

Πηγή: monastiriaka.gr