

Παραδοσιακή συνταγή Σορωνής Ρόδου “ΠΙΤΑΡΟΥΔΙΑ”



Υλικά

(60 τεμάχια)



3 κούπες κολοκύθι



1 και 1/2 κούπες ντομάτες



1 και 1/2 κούπες κρεμμύδι



300 γρ. φέτα



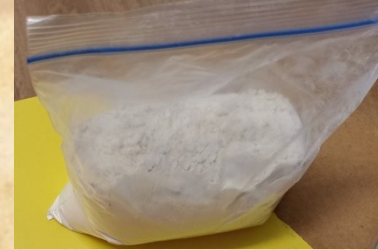
1 μπέικιν



Σπορέλαιο για το τηγάνισμα



3 αυγά



2 κούπες αλεύρι γ.ο.χ



1 κοφτό κ.γλ. αλάτι



1 κ.γλ. πιπέρι



1 γεμάτο κ.γλ. κύμινο



3 κ.γλ. δυόσμο

Προετοιμασία



Ξύνουμε το κολοκύθι στον τρίφτη, αλατίζουμε και αφήνουμε για μία ώρα να φύγουν τα υγρά από το κολοκύθι.



Ψιλοκόβουμε την ντομάτα σε μικρά κυβάκια και αφήνουμε για μισή ώρα να φύγουν τα υγρά της.



Ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι σε μικρά κυβάκια.

Εκτέλεση συνταγής

- Βάζουμε τα υλικά ένα ένα με τη σειρά αφήνοντας στο τέλος το αλεύρι.
- Ανακατεύουμε μέχρι να ενωθούν και να γίνουν μία μαλακή ζύμη.
- Τηγανίζουμε σε καυτό σπορέλαιο.

Τη ζύμη τη ρίχνουμε μέσα στο καυτό λάδι με κουτάλι της σούπας.



ΚΑΛΗ ΜΑΣ ΟΡΕΞΗ...



Ευχαριστούμε την κ. Χρύσα Τομάζου και
την κ. Ρίτσα Πραμαγκιούλλη μέλη του
Συλλόγου Γυναικών Σορώνης για την
παρασκευή της συνταγής.

