



## Seitons arrebossats

### Ingredients per a 4 persones

- 500 g de seitons
- Farina de blat
- Oli d'oliva verge
- Sal iodada



### Elaboració

1. Es netegen els seitons: se'ls hi treu el cap i els budells i amb l'ajut d'un rajolí d'aigua es va separant la carn de l'espina fins a treure-la tota. Es col·loquen en un plat amb paper de cuina per absorbir l'aigua restant.
2. Es posa la farina en un plat. S'assaonen i s'enfarinen els seitons per tots dos costats.
3. Es posa la paella al foc amb oli abundant. Quan estigui ben calent, en diverses tongades es fregeixen els seitons pels dos costats.
4. Es treuen els seitons de la paella i es van posant en un plat a sobre d'un paper de cuina per absorbir l'excés d'oli. Finalment ja es poden servir i gaudir!