

Per chi ha pregiudizi sulla cucina vegana, e per chi pensa che il vegano faccia una vita triste e priva di gioia.
Dopo aver provato questa ricetta direte: possibile che una cosa così buona e golosa sia vegana?

Ingredienti

2 bocconcini di pane raffermo tagliati a fettine spesse 1 cm
Brodo vegetale (ad esempio quello rimasto dalla preparazione del seitan)
Sale
Pepe nero
Pangrattato
Basilico fresco in foglie
Olio per fritture

Preparazione
In una scodella mettiamo a riposare (ad ammollare) il pane con il brodo vegetale.
Lasciamo che il pane assorba il brodo fino a diventare "pappetta".
Appena lo sarà diventato strizziamolo con le mani e poniamolo in un'altra ciotola aggiungendo il sale, il pepe, il basilico. Impastiamo con le mani e ricaviamo delle palline delle dimensioni che vogliamo e che passeremo sul pangrattato su tutti i loro lati.
Quindi scaldiamo l'olio per fritture e friggiamo i nostri bocconcini. Dopo la frittura vi consiglio di lasciarli riposare un po' su della carta assorbente in modo che perdano un po' di unto.
Quindi aggrediamoli tiepidi! Croccanti fuori e morbidi all'interno e... totalmente vegani!