

## Cotoletta di finocchi

Adoro i finocchi bianchi, croccanti, profumati di...finocchio!!! I semi di finocchi li metto quasi dappertutto, anche in una buona e digestiva tisana serale. Adoro questo profumo e i finocchi sono tra gli ortaggi invernali piu' diffusi e di facile reperibilità.

Ringraziamo Mimma di **Pasticci & Pasticcini di Mimma** per averci fornito foto e testi di questa ricetta.



---

### INGREDIENTI

- 3 grandi Finocchi
- 100 g Farina 00
- 200 g Pangrattato
- 100 g a piacere Formaggio grattugiato
- 3 cucchiaini Prezzemolo fresco tritato
- 50 g Semi di sesamo
- 2 Uova
- q.b. Olio per friggere

---

### PREPARAZIONE



Lavare accuratamente i finocchi dopo averli privati di ciuffi verdi.



Tagliarli a fette, longitudinalmente, spesse 1 cm, poi lessarli brevemente in acqua salata per 2 minuti dal bollore o cucinarli a vapore, dovranno rimanere al dente.



Far sgocciolare i finocchi bolliti in uno scolapasta.



Preparare la panatura mescolando il pan grattato, il formaggio grattugiato, il prezzemolo e i semi di sesamo, in un altro piatto mettere la farina mentre in una ciotola sbattere le uova con un pizzico di sale.



Passare le fette di finocchi nella farina, nell'uovo e nella panatura.



Immergere i finocchi nell'olio e friggerli da ambedue i lati finchè appariranno dorati, servire caldi.