



BOKARTAK OZPINETAN

OSAGAIK

(4 pertsonarentzat)

Antxoa kg 1

**Ardo zuriaren ozpina
oliba-Olio**

2 Baratxuri-ale

Perrexil-eskukada 1

Gatza

OHARRA

*Errezeta honetan
arraina bere
ozpinarekin prestatzen
den arren, gutxienez
48 ordu lehenago
izoztea komeni da..*

PRESTATZEA

Antxoei tripak, burua eta
erdiko hezurra kenduko diegu.
Ur hotzetan ondo garbituko
ditugu eta azpolean ipiniko
ditugu azala beherantz dutela.
Gatza botako diogu eta
ozpinarekin estaliko dugu.
Prozesua geruzaka egingo
dugu, antxoa guztiak ipinita
eta ozpinez estalita izan arte.
Hozkailuan gordeko ditugu
hiru orduz tapatuta.

Antxoak ozpinetatik aterako
ditugu eta azpolean ipiniko
ditugu. Oraingo honetan,
azala gorantz dutela. Geruza
bakoitzean baratxuri eta
perrexil pixka bat botako
dugu txikituta. Ondoren, olio
beteko dugu guztiak kokatuta
egon arte.



**PREZIOA
BAXUA**



**DENBORA
40'**



**ZAILTASUNA
6/10**



**OSASUNGARRIA
8/10**