



IZOKIN MARINATUA MARTORRIAREKIN

OSAGAIK

(4 pertsonarentzat)
300 gr izokin-trontzo
600 gr gatz lodi
80 gr ACOR azukre
1 sorta martorri
1 koilarakada ziape, antzinako erara
40 ml HOJIBLANCA oliba-olio

ELABORAZIOA

Martorria xehatuko dugu eta erdia gerorako utziko dugu.

Oinarrian gatz, azukrea eta martorria jarriko dugu. Gainean jarriko dugu izokin-trontzoa, eta prestakinaren gainerakoarekin estaliko dugu izokina. Hozkailuan gutxienez 6 orduz ontzen utziko dugu (trontzoaren zabaleraren arabera).

Iturriaren azpian garbitu, eta gatzaren eta azukrearen hondarrak kenduko dizkiogu.

Irabiagailu batekin nahastuko dugu martorria, ziapea eta olio. Gerorako utziko dugu.

Izokina xerratu, eta azpil batean jarriko dugu eta gainetik botako diogu ozpin-olioa.



PREZIOA
ERTAINA



DENBORA
30'



ZAILTASUNA
5/10



OSASUNGARRIA
9/10