

**Libreta:** Verduras  
**Creado:** 26/03/2018 22:23  
**URLOrigen:** <http://www.tranbel.com/juliana-de-puerro-fr%c3%ada.html>

## Juliana de puerro fría

### INGREDIENTES

140 gr. de blanco de puerro  
Aceite de girasol  
Harina

### PREPARACIÓN

Limpiaremos el puerro, bajo un continuo chorro de agua, para poder eliminar al máximo toda la suciedad que pueda tener. La mayoría de veces tienen gran cantidad de arena.

Les haremos un corte transversal a la altura de donde se empieza a perder el color verde, y toda la parte superior. Esta zona verde, la desecharemos, quedándonos simplemente con el blanco del puerro.

Además desecharemos las raíces, ya que no nos sirven de nada y porque contienen mucha suciedad.

Al cortarlas también debemos seccionar 1/2 cm. del tallo, que es justamente la parte que sujetaba estas raíces, por eso es la más dura y la que no nos la podemos comer.

Una vez tengamos los puerros limpios de arena y desechadas sus hojas inservibles, los cortaremos en juliana. Luego se corta en tiras de 1 Mm. de ancho. Para ello el cuchillo más recomendable es el de filetear.

Para poder freír esta Juliana de Puerro, necesitaremos harina para proteger el puerro de la violenta acción que ejerce el aceite. En caso de que no utilizáramos harina tendríamos muchas posibilidades de que el puerro se nos quemará enseguida.

Enharinaremos la Juliana con abundante harina. Para eliminar el exceso, simplemente nos ayudaremos de un colador o tamiz. La temperatura ideal para freírla es de 160 grados.

Pondremos a freír el puerro, hasta que adquiera un color rubio. Debemos mover constantemente el aceite y la juliana para que no se pegue al aluminio de la freidora y para enfriar poco a poco el aceite, esto en caso de utilizar parisiense o sartén. En menos de un par de minutos ya tendremos frita la juliana, que secaremos seguidamente en papel de cocina, para escurrir el exceso de materia grasa que pueda tener.