



przepisy.pl

# Tempura z owocami morza i warzywami



45 minut 4 osoby Łatwe

## Składniki:

### ciasto

- mąka pszenna - 150 gramów
- mąka ziemniaczana - 50 gramów
- woda gazowana - 200 mililitrów
- jajka - 5 sztuk
- sól - 1 szczypta
- proszek do pieczenia - 1 łyżeczka

### pozostałe składniki

- surowe krewetki z ogonkiem - 12 sztuk
- krążki z kalmara - 12 sztuk
- małe ośmiornice - 12 sztuk
- cebula - 1 sztuka
- cukinia - 100 gramów
- czerwona papryka - 1 sztuka
- sos sojowy - 100 mililitrów
- limonka - 1 sztuka
- chrzan wasabi - 3 gramy
- olej roślinny - 1 litr

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

## Sposób przygotowania:

1. Ciasto: Z jaj odseparuj białko i ubij je na sztywną pianę.
2. 100 gram mąki pszennej połącz z mąką ziemniaczaną, dodaj sodę i sól, całość rozprowadź wodą gazowaną. Połącz z ubitym białkiem, na koniec dodaj pozostałe 50 gram mąki pszennej – tylko zamieszaj, nie rozprowadzaj powstałych grudek.
3. W garnku z szerokim dnem rozgrzej olej.
4. Krewetki oczyść z żyłek, rozetnij na pół wzdłuż ogona, nie nacinając jednak do końca. Kalmary, ośmiornice umyj. Cebulę pokrój w centymetrowej grubości krążki, paprykę pokrój w szerokie na dwa centymetry plastry, cukinię pokrój w krążki wykrawając środek.
5. Wszystkie składniki po kolei maczaj w cieście i smaż na głębokim tłuszczu. Usmażone elementy układaj na papierowym ręczniku, żeby pozbyć się nadmiaru tłuszczu.
6. Usmażone kęski ułóż po cztery sztuki z każdego asortymentu na talerzu. Podawaj z sosem sojowym wymieszanym z sokiem z jednej limonki i chrzaniem wasabi.

---

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego [www.przepisy.pl](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)