

RASPAS DE BOQUERÓN

Ruralmur

ruralmur@regmurcia.com

<https://ruralmur.com/articulo/1244/raspas-de-boqueron>

Dirección: [Región de Murcia](#)



Al igual que se dice del cerdo, que me gustan hasta los andares, igual pasa con el boquerón; se comen hasta las raspas.

Y es que es delicioso aperitivo y que además contiene un montón de vitaminas (hierro).

INGREDIENTES:

- Raspas de medio kilo de boquerones
- 6-8 cucharadas harina de trigo
- 1 poco sal
- Aceite de oliva

ELABORACIÓN:

Primero limpiar el boquerón, tiramos la cabeza, nos quedamos con la raspa y las moyas se guardan por ejemplo para hacer boquerones en vinagre.

Rebozar las raspas una a una en harina de trigo.

Calentar el aceite, y cuando esté muy muy caliente, añadir una a una las raspas. Sacar en papel absorbente y luego pasar a la fuente que vayamos a servir. Opcional: limón!

RASPAS DE BOQUERÓN

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<http://tinyurl.com/ybjptdn5>

RASPAS DE BOQUERÓN

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<http://tinyurl.com/ybjptdn5>

RASPAS DE BOQUERÓN

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<http://tinyurl.com/ybjptdn5>

RASPAS DE BOQUERÓN

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<http://tinyurl.com/ybjptdn5>

RASPAS DE BOQUERÓN

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<http://tinyurl.com/ybjptdn5>

RASPAS DE BOQUERÓN

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<http://tinyurl.com/ybjptdn5>

RASPAS DE BOQUERÓN

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<http://tinyurl.com/ybjptdn5>

RASPAS DE BOQUERÓN

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<http://tinyurl.com/ybjptdn5>

RASPAS DE BOQUERÓN

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<http://tinyurl.com/ybjptdn5>

RASPAS DE BOQUERÓN

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<http://tinyurl.com/ybjptdn5>