



Patates rosses

🍴 8 racions 🔥 565 kcal

Ingredients

Ingredients

Per a les patates

2 kg de patates

Oli abundant per fregir

5 grans d'all

Sal

Per a la maionesa

250 ml d'oli d'oliva

1 ou

1 culleradeta de sal

1 culleradeta de pebre vermell

Un pessic de pebre negre

Els alls aromatitzats amb l'oli

PER RACIÓ

Proteïnes	76 g
Greixos	35 g
Hidrats	59 g
Fibra	76 g

Elaboració

1. Pela i talla les patates
2. Pela les patates i talla-les a daus regulars, d'una mida semblant perquè es coquin uniformement. Renta-les si cal i asseca-les molt bé amb un drap net o paper de cuina.
3. Aromatitza l'oli amb els alls
4. Posa els cinc grans d'all pelats en una paella amb oli i escalfa'ls a foc suau. Deixa que perfumin l'oli i es daurin lleugerament, sense cremar-se. Retira'ls i reserva'ls per a la maionesa.
5. Fes el primer fregit
6. Escalfa l'oli a uns 140–150 °C i fregeix les patates en tongades, sense amuntegar-les, fins que siguin tendres per dins però encara poc daurades. Retira-les i deixa-les reposar uns minuts.
7. Fes el segon fregit
8. Apugem la temperatura de l'oli fins als 180–190 °C. Torna a fregir les patates, també en tongades, fins que quedin ben rosses, daurades i cruixents per fora. Escorre-les bé i sala-les immediatament.



- 9 5. Prepara la maionesa d'all i pebre vermell
- 10 10 Posa en un recipient alt l'ou, els 250 ml d'oli d'oliva, la sal, el pebre vermell, el pebre negre i els alls reservats. Emulsiona-ho amb el túrmix fins a obtenir una maionesa homogènia i cremosa.
- 11 6. Serveix-les acabades de fer
- 12 12 Porta les patates a taula ben calentes, amb la maionesa d'all i pebre vermell al costat. Així mantindran tota la textura cruixent i cadascú se'n podrà servir al gust.

RECOMANACIONS

El secret: el primer fregit cou l'interior; el segon, a temperatura més alta, aconseguir una superfície daurada i cruixent. Asseca bé les patates abans de fregir-les i no omplis massa la paella en cada tongada.

