Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



APERITIVOS / ENTRANTES

Calamares fritos

2 raciones · 520 kcal

Ingredientes

- 2 calamares medianos
- Harina de freír
- Sal
- Aceite de girasol
- Mayonesa

POR RACIÓN

Proteínas	26 g
Grasas	35 g
Hidratos	24 g
Fibra	0,7 g

Elaboración

1. Limpiamos y cortamos en rodajas los calamares
2. Añadimos un poquito de sal
3. Los pasamos por la harina
4. Retiramos la harina sobrante y reservamos
5. Ponemos abundante aceite de girasol en una sartén a fuego medio-alto
6. Cuando esté bien caliente vamos añadiendo los calamares
7. Retiramos cuando veamos que están doraditos y ponemos a escurrir el aceite sobrante en un plato con papel absorbente
8. Servimos caliente junto con un poquito de mayonesa

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas
cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya