

PLATOS PRINCIPALES

Alitas crunchy

45min 4 raciones

Ingredientes

- Alitas de pollo
- Pan rallado
- Queso rallado
- Especias y aceite de oliva virgen extra
- Huevo

Elaboración

1. Quitar el exceso de grasa a las alitas
2. En un bol mezclar pan rallado, queso rallado (un queso algo potente para darle sabor) y especias al gusto; en este caso suelen ser sal, pimienta, pimentón, orégano, ajo en polvo y curry
3. Batir un huevo con sal
4. Pasar las alitas por huevo, escurrir, llevarlas a la mezcla de pan rallado y queso rallado y de ahí a una bandeja con papel de horno
5. Llevar al horno 25 minutos a 190°; pasado el tiempo dar la vuelta, añadir el sobrante de la mezcla de especias por encima y dejar 15 minutos a 200°

RECOMENDACIONES

Acompañamiento ideal: verduras asadas (berenjena, calabacín y tomate) o ensalada con manzana, aguacate y cebolla frita. Si no gustan las alitas, se puede usar cualquier otra pieza de carne e incluso pescado.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de MARÍA
cooknest.app/@easyxbusy · Instagram @easyxbusy