HerZechef 👆



PLATOS PRINCIPALES

Alitas de pollo picantes a la barbacoa

4 raciones · 488 kcal

Ingredientes

- Alitas de pollo
- **1 cda** de ajo en polvo
- **1 cda** de cebolla en polvo
- **1 cda** de pimentón picante
- **1 cdta** de sal
- Pimienta negra
- **3 cdas** de harina de trigo
- **3 cdas** de harina de maíz
- **2 cdas** de kétchup
- **2 cdas** de miel
- **2 cdas** de salsa de soja
- Salsa picante

POR RACIÓN

Proteínas	**34 g**
Grasas	**28 g**
Hidratos	**25 g**
Fibra	**2,1 g**

Elaboración

1. Meter las alitas en un bol y sazonarlas con sal, pimienta negra recién molida, ajo en polvo, cebolla en polvo, pimentón picante y la misma cantidad de harina de trigo y harina de maíz
2. Mezclar hasta que las alitas queden bien enharinadas
3. Freír las alitas en una sartén con aceite de girasol a una temperatura de unos 180 a 190 grados hasta que estén bien doradas
4. Retirar las alitas y colocarlas sobre papel absorbente
5. En una sartén añadir kétchup, un buen chorro de miel y otro chorro de salsa de soja
6. Añadir un chorrito de salsa picante, mezclar y dejar reducir hasta que tenga una consistencia más densa
7. Añadir las alitas y darles unos meneos para que queden bien empapadas de la salsa

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef 👆
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto