HerZechef 👆



PLATOS PRINCIPALES

Fideuá en air fryer

30min · 1 ración · 814 kcal

Ingredientes

- **100 gr** de fideos por persona
- Caldo o fumet de pescado, la misma cantidad que de fideos
- **1** o 2 latas de calamares en tinta
- Aceite de oliva
- Sal al gusto

POR RACIÓN

Proteínas	**46 g**
Grasas	**31 g**
Hidratos	**85 g**
Fibra	**4,1 g**

Elaboración

1. En una cazuela de barro, poner un chorrito de aceite y los fideos
2. Meter en la freidora de aire durante 10 minutos a 200 grados
3. A mitad de cocción, sacar los fideos y removerlos
4. Cuando los fideos estén dorados, mezclar una o dos latas de calamares en tinta
5. Añadir el caldo o fumet de pescado
6. Volver a meter en la freidora de aire durante 20 minutos a 200 grados

RECOMENDACIONES

Se puede rematar con un buen alioli o con mayonesa de mejillones en escabeche.

Hecho con CookNest