HerZechef 👆



PLATOS PRINCIPALES · VEGANO

Mazorcas de maíz BBQ

10min · 4 raciones · 208 kcal

Ingredientes

- Mazorcas de maíz cocidas
- **4**-5 cucharadas de aceite de oliva
- **1 cucharadita** de ajo en polvo
- **1 cucharadita** de cebolla en polvo
- **1 cucharadita** de pimentón dulce
- **1 cucharadita** de orégano
- **2 cucharadas** de salsa barbacoa de bote

POR RACIÓN

Proteínas	**2,1 g**
Grasas	**16 g**
Hidratos	**16 g**
Fibra	**1,8 g**

Elaboración

1. Preparar un marinado con un chorrito de aceite de oliva, una cucharadita de ajo, cebolla en polvo, pimentón dulce y un buen chorrazo de salsa barbacoa industrial, y mezclarlo todo
2. Pintar las mazorcas con el marinado por todos sus lados
3. Meterlas en la freidora de aire durante unos 5 minutos

Hecho con CookNest