

MURIALIDADES



PAN Y BOLLERÍA · VEGANO

Churros caseros

4 raciones 355 kcal

Ingredientes

- **300gr** harina de trigo
- **440ml** agua
- **1 cucharadita** de sal
- Aceite para freír
- Azúcar para espolvorear

POR RACIÓN

Proteínas	**7,7 g**
Grasas	**4,5 g**
Hidratos	**70 g**
Fibra	**2 g**

Elaboración

1. Ponemos la harina en un bol amplio.
2. En una cazuela calentamos el agua con la sal.
3. Cuando empiece a hervir la vertemos directamente y de una sola vez sobre la harina.
4. Con una cuchara de madera integramos la harina con el agua.
5. Metemos la masa en una manga pastelera y vamos echando en el aceite muy caliente.
6. Cuando sacamos espolvoreamos azúcar y listo para comer.

Hecho con CookNest



Todas las recetas de MURIALIDADES
cooknest.app/@murialidades · Instagram @murialidades