Alitas de pollo



Raciones: 4 · Tiempo total: 20 min · Suma de pasos: 20 min

Ingredientes

- Alitas de pollo: 16 unidad
- Aceite de oliva virgen extra: 7,5 ml
- Sal: 2,5 ml
- Ajo: 8 diente

Preparación

Paso 1

Fuego mediano · Sartén grande de 28 cm · Potencia: 7 nivel · 5 min

Avisos a los segundos: 150

Salar las 16 alitas de pollo con los 2,5 ml de sal. Calentar los 7,5 ml de aceite de oliva virgen extra en la sartén grande de 28 cm sobre el fuego mediano al nivel 7. Dorar las alitas durante 5 minutos en total, dándoles la vuelta al aviso de los 2 minutos y medio.

Alitas de pollo: 16 unidad

Aceite de oliva virgen extra: 7,5 ml

Sal: 2,5 ml

Paso 2

Fuego mediano · Sartén grande de 28 cm · Potencia: 5,5 nivel · 12 min

Avisos a los segundos: 360

Bajar el fuego mediano al nivel 5,5 y cocinar las alitas durante 12 minutos, dándoles la vuelta al aviso de los 6 minutos. Al comenzar este paso, pelar y picar los 8 dientes de ajo para tenerlos listos.

Paso 3

Fuego mediano · Sartén grande de 28 cm · Potencia: 5,5 nivel · 3 min

Añadir los 8 dientes de ajo picados a la sartén y cocinar durante 3 minutos al nivel 5,5, mezclando.

Alitas de pollo

Ajo: 8 diente