

**PATATAS DELUXE EN FREIDORA DE AIRE** 2 porciones**INGREDIENTES**

- 400 gramos de patata, cruda
- 1 cucharada de postre de pimentón, en polvo [2 g]
- 1 cucharada de postre de ajo, en polvo [3 g]
- 1 cucharada de postre de orégano, seco [2 g]
- 1/2 cucharada de postre de pimienta, negra [1 g]
- 1 sobre comercial de sal común [1 g]
- 1 cucharada sopera de aceite de oliva virgen extra [9 g]

**MÉTODO DE PREPARACIÓN**

- 1º Lava y corta las patatas en forma de gajos. Con un paño sécalas y colócalas en un recipiente.
- 2º Agrega a las patatas todas las especias y el aceite de oliva. Mezcla bien de forma que queden impregnadas de las diferentes especias.
- 3º Precalienta tu robot durante 3 minutos a 180°C. Coloca papel de horno sobre la cesta de tu robot y vierte las patatas. Cocina durante 20-25 minutos a 180°C/200°C.
- 4º A mitad de tiempo abre el cajón, con una cuchara de madera, revuelve las patatas para que se hagan bien por todos sus lados, y vuelve a cerrar.

**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

	POR 100 g	POR PORCIÓN [209 g]	% DDR
ENERGÍA	95 kcal	200 kcal	10 %
PROTEÍNA	2 g	5 g	10 %
H. CARBONO	16 g	33 g	13 %
AZÚCARES	0 g	0 g	0 %
GRASA	2 g	5 g	7 %
GRASAS SATURADAS	0 g	1 g	4 %
FIBRA ALIMENTARIA	2 g	4 g	17 %
SODIO	108 mg	226 mg	9 %