



ALITAS DE POLLO MEDITERRÁNEAS CON ARROZ A LA NARANJA [SOLO ALITAS]

 15 minutos 1 hora 4 porciones

INGREDIENTES

- 4 cucharaditas de paprika [8 g]
- 2 Cucharaditas de hierbas de Provenza [10 g]
- 1.5 cucharaditas de sal [9 g]
- 3/4 cucharadita de pimienta blanca [2 g]
- 2 Piezas de diente de ajo [10 g]
- 10 gramos de chile guajillo
- 2 cucharaditas de ralladura de limón [4 g]
- 600 gramos de allitas de pollo

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Sigue los pasos en Cookidoo® en tu TMX®

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [163 g]	% DDR
ENERGÍA	290 kcal	472 kcal	24 %
GRASA	24 g	39 g	60 %
GRASAS SATURADAS	–	–	–
COLESTEROL	68 mg	111 mg	37 %
SODIO	592 mg	963 mg	40 %
H. CARBONO	3 g	5 g	2 %
AZÚCARES	–	–	–
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	0 g	0 %
PROTEÍNA	15 g	25 g	–