

TM31 / TM5

Tiempo de Preparación: 15min.

Tiempo de Cocción: 10 min.

Tiempo Total: 25 min.



## CHIPIRONES AFOGAOS

### Ingredientes:

Para 4 Personas

- 3 dientes de ajo sin pelar
- 4 ramitas de perejil fresco.
- 50g de aceite de oliva
- 1000g de chipirones medianos limpios y cortados en rodajas grandes.
- 1 cucharadita de sal
- 1 guindilla

### Preparación:

1. Ponga en el vaso los ajos, el perejil y el aceite pique **4 seg/vel 5**
2. Sofría **5min/Varoma/vel1.**
3. Coloque la mariposa en las cuchillas y añada los chipirones, la sal y la guindilla. Programe **10 min/120°C/giro inverso/vel cuchara.**
4. Vuelque en una fuente y sirva.



Fuente: las recetas de nuestras presentadoras