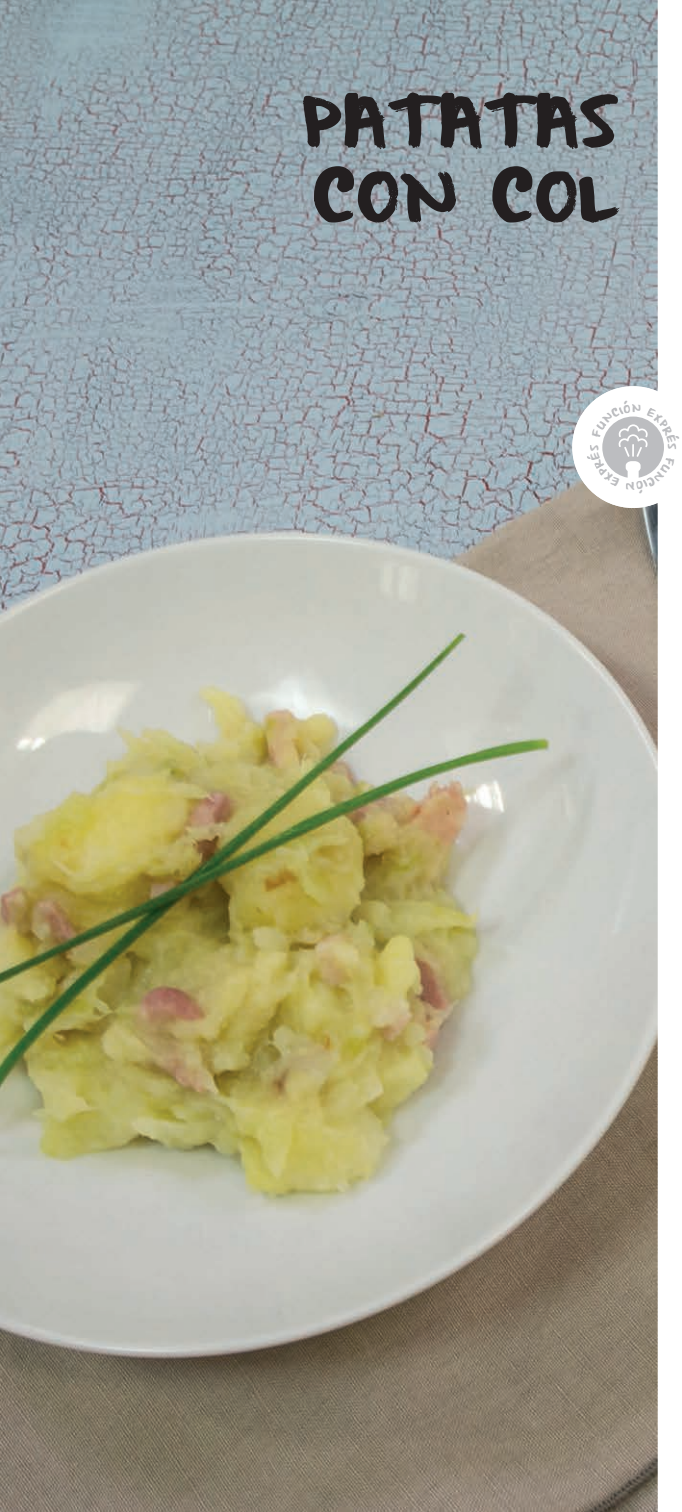
PATATAS CON COL



Ingredientes:

3 patatas medianas

1 col pequeña

2 dientes de ajo

Sal

75 g de taquitos de jamón serrano

Aceite de oliva

Pimienta negra molida

Preparación:

• Quita las hojas externas de la col dejando solo el cogollo. Córtalo por la mitad y lávalo bien. Con un cuchillo quita la parte blanca y dura de la base y corta la col en juliana.

• Pela las patatas, límpialas y córtalas en trozos. Echa las patatas junto con la col cortada en la olla del AutoCook. Cubre todo con agua y añade una pizca de sal. Cierra la tapa, selecciona el programa **Al Vapor** y la opción **Medio.** Gira el botón giratorio para la opción **exprés** y ajusta manualmente 10 minutos. Pulsa el botón de **Inicio.**

• Cuanto suene la señal, abre la tapa y escurre todo. Resérvalo.

• Limpia los dientes de ajo y córtalos en láminas. Añade 3 c.s de aceite en la olla del AutoCook. Selecciona el programa **Sofreír** y la opción **Corto,** ajustando manualmente 7 minutos. Pulsa el botón de **Inicio.** Dora los ajos con la **tapa abierta.** Una vez que estén dorados sácalos y resérvalos. En el mismo aceite dora los taquitos de jamón.

• Vuelve a introducir todos los ingredientes en la olla del AutoCook y chafa todo hasta que se integren bien los ingredientes. Comprueba el punto de sal y pimienta.

Consejo de Bosch:

Es una receta sencilla, fácil y económica. Es un primer plato equilibrado o puedes usarlo como guarnición.

RACIONES: 3

Programa: Al vapor
Calorías por porción (con 12 porciones): 274 kcal
Tiempo de cocción (sin precalentamiento):
AutoCook Pro - 20 min.