Škampi i povrće prženi u fritezi na vrućem zraku (air fryer)

Sastojci

- 250 g škampi
- 120 g žuta paprika
- 50 g crveni luk
- 10 g MAGGI Wurze tekući dodatak jelima
- 1 tsp ulje
- 1 g papar

Upute

1. Očistite i narežite svo povrće na male komadiće.
2. Pomiješajte sve sastojke i škampe, polijte tekućim začinom MAGGI Wurze i dodajte ulje.
3. Sve ulijte u košaricu friteze na vrući zrak i pecite 15 minuta na 200°C.

20 Min

2

Ugljikohidrati energija	159.21 kcal
Masti	3.31 g
Proteini	26.54 g