



Cazuelitas de angulas en microondas

Cazuelitas de angulas en microondas

Mas recetas Microondas en <http://www.recetasypostres.net/microondas/16.php>

Ingredientes:

400gr. de angulas frescas, 8 cucharadas de aceite de oliva, 8 dientes de ajo, 1 guindilla

Pasos a seguir:

- 1) Se cogen 4 cazuelitas de barro y se ponen dos ajos enteros y dos cucharadas de aceite de oliva en cada una.
- 2) Se doran durante 5 minutos.
- 3) Se deja templar el aceite y se reparten las angulas en las 4 cazuelitas de barro.
- 4) Añadir un trocito de guindilla a cada cazuela.
- 5) Se cocen durante 4 minutos, removiendo a media cocción.
- 6) Retirar del microondas y listo para servir.

Enlace a la receta:

<http://www.recetasypostres.net/microondas/cazuelitas-de-angulas-en-microondas-204.php>