

Frito de verduras

Publicada por:

[imprimir](#)

- 10'
- 6'
- 4
- 
- 
- 
- 



Comentario nutricional

Los alimentos que se fríen, absorben alrededor de un 10% de la grasa del aceite.

Modo express

1. Corte todas las verduras en trozos regulares.
2. Vierta el aceite en la cubeta, introduzca el resto de ingredientes en ella y programe el menú Verduras con la tapa abierta.
3. Remueva de vez en cuando hasta que finalice el programa. Si lo desea, puede cancelar el menú antes, cuando las verduras estén al dente.