BUÑUELOS ESPECIADOS DE PATATA DULCE Y PLÁTANO

INGREDIENTES PARA 8 COMENSALES

- 2 unidades de patatas dulces
- 2 unidades de plátanos verdes
- aceite para freír
- Para la masa espumosa:
- 275 g de harina
- 5 g de nuez moscada
- 10 g de canela en polvo
- 425 ml de agua con gas

LA PREPARACIÓN

- Para hacer la masa, pon la harina, la nuez moscada y la canela en un bol grande y remueve bien. Haz un hoyo en el centro y , gradualmente, vierte la suficiente agua con gas como para hacer una masa sin grumos, removiendo constantemente hasta formar una masa lo suficientemente espesa como para que cubra el dorso de la cuchara. La cantidad de agua que se indica es sólo una guía. Cúbrela con un paño y resérvala durante 20 minutos.
- Corta las patatas dulces en rodajas, luego córtalas por la mitad. Corta los plátanos en rodajas también.
- Vierte el aceite en una cacerola profunda hasta que cubra 1/3 de la

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 46.8 g	Grasas 1.1 g
Kcal 227	Proteinas 4.8 g

cacerola y caliéntala a 190 º o hasta que un dado de pan se dore. En tandas, y con el uso de tenazas, bañe un trozo de plátano en la masa, cúbrelo bien y , a continuación, introdúcelo en el aceite caliente. Fríelo hasta que esté dorado por todas partes. Sácalo con una espumadera, escúrrelo en un colador forrado con papel de cocina, y luego, colócalo en una fuente de servir y mantenlo caliente en un horno a temperatura baja, mientras se cocinan las patatas dulces también en tandas.
- Espolvorea con azúcar y sirve caliente.