

Panqueques de papa y betabel

Escanea para una receta interactiva



Sirve: 8

Prep: 10 minutos | **Cocinar:** 10 minutos

INGREDIENTES

- 2 papas russet ralladas
- 1 taza betabeles ralladas
- ½ taza kimchi, picado (opcional)
- ½ taza harina
- 2 huevos
- ½ cucharadita sal
- 4 cucharadas aceite vegetal

PREPERACIÓN

1. Exprime toda el agua de las papas ralladas y los betabeles.
2. Mezcla las papas ralladas, los betabeles, el kimchi, la harina, los huevos y la sal en un tazón. Forme empanadas de 2 pulgadas para freír
3. Calienta el aceite en una sartén a fuego medio.
4. Ponga las empanadas en la sartén, no más de 3 o 4 a la vez, y freír durante 4-5 minutos a cada lado hasta que estén doradas y crujientes.
5. Ponga los panqueques en una rejilla de alambre para enfriar ligeramente antes de servir.



Información Nutricional	
<i>Porción: 1/8 de receta</i>	
Calorías	151
Grasa total	8.1 g
Grasa saturada	1.7 g
Colesterol	41 mg
Sodio	204 mg
Carbohidratos	16.7 g
Fibra	2 g
Azúcares	2.4 g
Proteína	3.4 g

Fuente de receta :
Littlekitchenbigworld.com