



Aguacate ‘Hassleback’ en Air Fryer: la cena keto y viral que est rompiendo internet

Receta para 2

INGREDIENTES

- | | |
|---|---|
| ☐ 2 unidades maduras Aguacate | ☐ 1 pizca Sal |
| ☐ 4 tiras Bacon | ☐ 1 pizca Pimienta negra |
| ☐ 10 ml Aceite de oliva virgen extra | |
-

PREPARACIÓN

1. Corta los aguacates por la mitad y retira el hueso con cuidado. Apoya la parte plana en la tabla y realiza cortes transversales paralelos, con una separación de medio centímetro, asegurándote de no llegar al fondo para que la pieza se mantenga unida.
2. Corta las tiras de bacon en trozos pequeños que encajen en las ranuras del aguacate e introdcelos con cuidado entre los cortes que has realizado previamente, intentando que sobresalgan un poco para que queden bien tostados.
3. Pincela la superficie del aguacate con un poco de aceite de oliva virgen extra y añade una pizca de sal y pimienta negra molida por encima para realzar todos los sabores durante la cocción.
4. Coloca los aguacates en el cestillo de la freidora de aire y cocina a 200C durante unos 8-10 minutos, o hasta que veas que el bacon est bien dorado y crujiente y el aguacate se ha ablandado ligeramente.