

## Comida energética para la aventura de cada tarde

# Patatas rellenas de picadillos

- Patatas de Pedraza - Picadillo de manzana - Pimiento rojo  
- Pimiento verde - Aceite de oliva al ajo



1

Se cuecen las patatas y cuando se enfrían se vacían cuidadosamente con una cuchara, poniendo especial atención en no romper la cáscara.



2

En una sartén con un fondo de aceite de oliva al ajo, se rehogan los pimientos y cuando están casi al punto se añade el picadillo y se deja que todo se haga unos diez minutos.



3

Se colocan las barcas en una fuente y, con ayuda de una cuchara, se rellenan con el picadillo recién hecho mezclado con patata. Se sirven inmediatamente.

### Curiosidad

Dicen los conductores veteranos que si se frota una patata abierta contra el parabrisas del coche no se helará.

### Valores Nutricionales

Proteínas  
Potasio  
Sodio



### Sugerencias

- El picadillo se puede sustituir por cualquier tipo de carne picada.
- El toque final para las patatas puede ser una lasca de queso semi curado fundido.