



RECETARIO SPEANUT

ALITAS-GLASEADAS-DE-CACAHUATE

ALITAS GLASEADAS DE CACAHUATE Y SOYA

Pegajosas, saladas y con costra

MEDIDAS

1 h **4** **15'** **45'**
TOTAL RINDE PREP FUEGO

INGREDIENTES

- 1 kg alitas de pollo
- 1 cdita polvo para hornear
- 1/3 taza Speanut Light
- 3 cda salsa de soya
- 2 cda miel
- 1 cda vinagre de arroz
- 3 dientes ajo rallado
- 1 cdita jengibre rallado
- 1 cdita sriracha
- 2 cda ajonjolí tostado
- 2 cda cebollín picado

POR PORCIÓN

486 **38g** **31g** **14g** **2g**
kcal prot gras carb fib

MÉTODO

- 01 Seca muy bien las alitas y revuélvelas con el polvo para hornear y sal.
- 02 Acomódalas en rejilla sobre charola y hornea a 200 °C durante 40 minutos, volteando a la mitad.
- 03 Mientras, calienta la Speanut Light con la soya, la miel, el vinagre, el ajo, el jengibre y la sriracha.
- 04 Cocina el glaseado 3 minutos a fuego bajo hasta que espese ligeramente.
- 05 Saca las alitas y revuélvelas en un tazón con el glaseado tibio.
- 06 Regrésalas 5 minutos al horno para que el glaseado se pegue.
- 07 Termina con ajonjolí y cebollín.

El glaseado balancea soya salada con miel dulce. Con una crema ya endulzada se pasaría de dulce y taparía el ajo.

PROCEDENCIA

speaknut.mx/recetas/alitas-glaseadas-de-cacahuate

Receta probada en cocina de casa.

2026-09-26 · ASIÁTICA · MEDIA

ESCANEA

Speanut
Crema de Cacahuete



LO QUE SE APRENDE AL SEGUNDO INTENTO

- 01 La rejilla es lo que permite que el aire circule por debajo. Directo en la charola, la parte de abajo queda blanda.
- 02 No pongas el glaseado antes de los 40 minutos: la miel y la soya se queman.
- 03 Si no tienes rejilla, voltéalas dos veces en vez de una.

DUDAS QUE SIEMPRE SALEN

¿Sirve en freidora de aire?

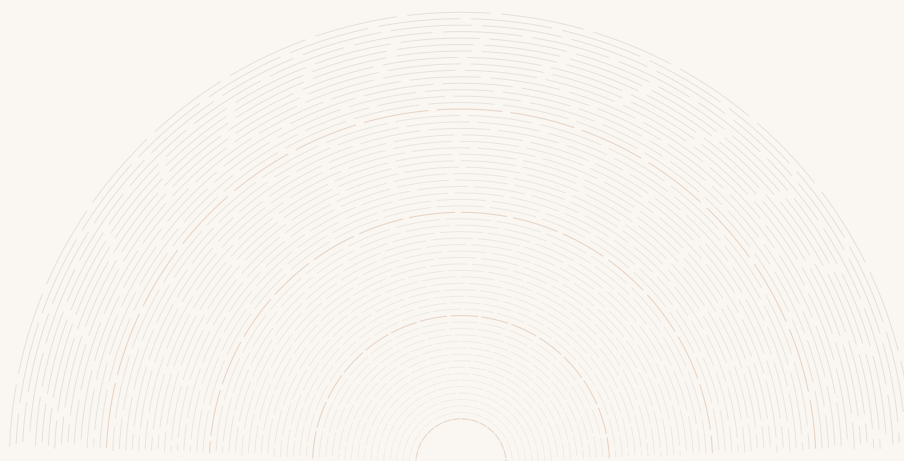
Sí, 200 °C por 22 minutos, luego glasear y 4 minutos más.

¿Puedo dejar la miel?

Se puede quitar, pero el glaseado no se pega igual. La miel es lo que lo hace pegajoso.

¿Se recalientan bien?

En horno a 190 °C, ocho minutos. En microondas quedan chiclosas.



LA QUE SE USA AQUÍ

Speanut Light

speanut.mx/productos/light

Speanut
Crema de Cacahuete

¿La hiciste?

Califica la receta y dinos qué cambiarías. Se publica con tu nombre de pila.

ESCANEA

