

Patatas bravas, mag niet ontbreken op je tapas etentje

Patatas bravas, ook zo'n typisch spaans tapas bijgerecht. Niet traditioneel met gefrituurde aardappeltjes maar met ovengebakken aardappeltjes en overgoten met een heerlijke pittige tomaten-knoflook saus.

Door de aardappeltjes in de oven te bakken scheelt dit ontzettend veel kcal en dat is dan altijd weer mooi meegenomen.

Voor 4 personen

Bereidingstijd 30 minuten

Ingrediënten

- 500 gram voorgekookte aardappelpartjes (bij voorkeur met schil)
- 2 eetlepels olijfolie
- 1 blik tomatenblokjes
- 1 ui
- 2 teentjes knoflook
- 2 theelepels gerookte paprikapoeder
- 1/4 theelepel chilivlokken (of 1/2 theelepel chilipoeder)
- 1/2 theelepel zout
- 50 ml sherry (of eventueel port)

Bereiding patatas bravas

Verwarm de oven op 220 graden (200 graden voor heteluchtoven).

Leg de aardappelpartjes in een ovenschaal en giet hierover 1 eetlepel olijfolie en een snufje zout.

Hussel alles door, zorg ervoor dat de aardappelpartjes over 1 laag verdeeld zijn en zet de ovenschaal in de oven.

Snij de knoflook heel fijn en de ui in kleine blokjes.

Verwarm 1 eetlepel olijfolie in een pan en bak de ui en knoflook op middelhoog vuur aan.

Na ongeveer 2 minuten kunnen de tomatenblokjes, gerookte paprikapoeder, chilivlokken, sherry en zout bij.

Roer alles nog 1x door, vuur laag en de saus rustig laten pruttelen.

Doe geen deksel op de pan zodat de saus kan indikken.

Eventueel kun je na 10 minuten de saus glad maken met een staafmixer.

Ondertussen zijn de aardappelpartjes ook gaar (meestal duurt dit zo'n 20-25 minuten).

Serveer de patatas bravas in een mooie schaal en schenk hierover de saus. Lekker in combinatie met bijvoorbeeld griekse gehaktballetjes, de [keftedakia](#).

Voedingswaarde per eenpersoons portie

Energie (kcal)	Vet (g)	Verzadigd vet (g)	Eiwit (g)	Koolhydraten (g)	Vezels (g)	Zout (g)
199	6	0,8	4	27	3,6	0,3