

TACOS DE HONGOS

No te quedes con las ganas de preparar estos originales tacos.

Para todo tipo de ocasión. Desayuno, comida o cena...

¡Tú eliges!

INGREDIENTES

PORCIÓN: 20 TACOS

- 200g. de setas
- 2 hongos portobello
- 350g. de champiñones
- Tortillas
- 1 ramo de cilantro
- Cebolla en polvo
- Ajo en polvo
- Aceite de coco (puede ser cualquier otro)
- Sal
- 1/2 cebolla chica

NOTA: TODAS LAS VERDURAS DEBEN ESTAR LAVADAS Y DESINFECTADAS

***Los hongos no se lavan, sólo se limpian con un trapo húmedo*.**

Modo de preparación

1.- Deshebramos las setas y las agregamos a una sartén ya caliente con un poco de aceite vegetal. Agregamos un poco de cebolla en polvo, un poco de ajo en polvo y un poco de sal. Dejamos que se doren por ese lado y volteamos. Agregamos otro poco de ajo en polvo, poca cebolla en polvo y un poco sal. Al dorar de ambos lados los pasamos a un recipiente y apartamos.

una sartén ya caliente, agregamos un poco de aceite vegetal. Agregamos los hongos portobello (previamente rebanados). Agregamos un poco de ajo en polvo, un poco de cebolla en polvo y un poco de sal. Dejamos que se doren de ambos lados, los

pasamos al recipiente donde tenemos las setas.

los champiñones, les retiramos la piel y los rebanamos. Los agregamos a una sartén ya caliente y con un poco de aceite vegetal. Agregamos un poco de ajo en polvo, un poco de cebolla en polvo y un poco de sal. Al dorar de ambos lados los pasamos junto con todos los hongos que ya tenemos preparados.

bien todos los hongos. Calentamos tortillas y vamos poniendo en cada tortilla una pequeña porción de la mezcla de nuestros hongos. Agregamos cilantro finamente picado, cebolla picada y la salsa de su preferencia.

Ver video

@mariadelrefugiogutierrezmu2261

Gracias señora bonita estos tacos me Han sacado de apuros, ya son famosos en mi casa. Llegan mis hijos y mamá prepara unos tacos, ya recomendé su canal, saludos con mucho cariño

@elizabethpalacio5212

Hola, que delicioso esa combinación de todos los champiñones, esta para chuparse los dedos, y que mejor para un domingo unos buenos tacos, les mando muchos abrazos y besos lindo fin de semana 🍷 🍷 🍷 🍷 🍷 🍷

@Lara-tm4my

Qué delicia!! la verdad es que ya he hecho algunas de sus recetas y quedan excelentes, muchas gracias 🍷 me encantan sus videos y disfruto mucho de la comida vegana, sigan así 🍷

@gabylejeunesantos8791

Huuiiy se me hizo agua la boca gracias. Dios me los bendiga siempre veo sus vídeos y me han ayudado mucho a tener variedad en cuanto a comidas y mucha nutrición gracias 🙏