

SETAS CON NOPALES EN SALSA GUAJILLO

¡Un guiso delicioso y nutritivo, con una explosión de sabor!

INGREDIENTES

PORCIÓN: 4 Personas

- 1 papa grande
- Un trozo de cebolla
- 1 diente de ajo
- 6 nopales medianos
- Tomillo en polvo
- Pimienta en polvo
- Aceite vegetal
- Ajo en polvo
- Sal
- 1/4 de Kilo de setas
- 3 jitomates
- 5 chiles guajillo

NOTA: TODAS LAS VERDURAS DEBEN DE ESTAR LAVADAS Y DESINFECTADAS.

VER VIDEO DE MÉTODOS DE DESINFECCIÓN

Modo de preparación

a una olla de presión 6 nopales medianos (previamente lavados,

sin espinas y partidos en pequeños cuadros) y agregamos una papa entera con todo y cáscara.

agua caliente a cubrir y una cucharadita de sal. Tapamos bien la olla y en cuanto empiece a silbar la válvula, dejamos por 10 minutos más.

3.- Dejamos que la olla enfríe y abrimos la tapa con cuidado. Retiramos la papa y apartamos en un plato. Colamos los nopales. Apartamos.

una cacerola agregamos 3 jitomates enteros y 5 chiles guajillo (desvenados y sin semillas) Agregamos agua a cubrir y dejamos que hiervan por 10 minutos. Apagamos el fuego.

los jitomates y los chiles al vaso de la licuadora, un trozo de cebolla y un diente de ajo. Agregamos $\frac{1}{2}$ taza de agua de la cocción y licuamos. Apartamos

una sartén ya caliente, agregamos un poco de aceite vegetal y $\frac{1}{4}$ de kilo de setas, limpias y deshebradas. Agregamos $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal, un poco de ajo en polvo, revolvemos y dejamos que doren de un lado. Volteamos y agregamos $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal, un poco de ajo en polvo, y dejamos que doren del otro lado. Apagamos el fuego y retiramos a un recipiente. Apartamos.

7.- Ponemos al fuego una cazuela y dejamos que caliente un poco. Agregamos un poco de aceite vegetal y vertemos la salsa. Agregamos $\frac{1}{2}$ taza de agua de la cocción de los jitomates y una cucharadita de sal, un poco de tomillo en polvo y un poco de pimienta en polvo. Mezclamos y dejamos a que hierva.

vez que haya hervido la salsa, probamos de sal y agregamos al gusto. Mezclamos y agregamos la papa ya pelada y partida en pequeños cubos. Agregamos las setas y los nopales. Dejamos hervir por 5 minutos. Volvemos a probar de sal y agregamos al gusto. Mezclamos.

.

Ver video