

SETAS CON CHILE POBLANO

Deliciosa preparación mexicana, que te va a encantar.

¡Tienes que probar!

INGREDIENTES

PORCIÓN: 4 Personas

- 2 dientes de ajo
- Cebolla
- 3 chiles poblanos
- Pimienta
- Sal
- Aceite vegetal
- 1/4 de kg. de setas
- Crema vegana (La puedes comprar o la puedes imprimir en:

CREMA NEUTRA DE ALMENDRA – Cocina Vegan Fácil ()

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

VER VIDEO DE MÉTODOS DE DESINFECCIÓN

Modo de preparación

directamente al fuego 3 chiles poblanos y los tatemamos de todos lados. Los metemos a una bolsa de plástico y la cerramos. Los dejamos ahí durante 15 minutos para que suden. Los sacamos y les retiramos la piel. Les retiramos las semillas y los desvenamos. Los partimos en rajadas, si éstas están muy largas, las podemos partir por mitad. Apartamos.

una sartén caliente vertemos un poco de aceite vegetal y agregamos $\frac{1}{2}$ cebolla rebanada en medias lunas delgadas. Sofreímos por 40 segundos y agregamos dos dientes de ajo finamente picado. Mezclamos 30 segundos y apartamos en un plato.

la misma sartén vertemos un poco de aceite vegetal, sofreímos por 4 minutos y los pasamos al plato donde tenemos la cebolla.

la misma sartén, vertemos un poco de aceite vegetal y agregamos $\frac{1}{4}$ de kilo de setas limpias y deshebradas. Movemos un poco para que se impregnen todas de aceite. Bajamos a fuego bajo y tapamos la sartén. Esperamos 2 minutos y destapamos. Agregamos las rajas y la cebolla. Mezclamos bien y agregamos $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal y un poco de pimienta en polvo. Mezclamos bien. Agregamos una taza de crema vegana. Mezclamos y probamos de sal. Agregamos al gusto.

.

Ver video