

TORTITAS DE PAPA

Esta deliciosa receta no puede faltar en tu menú familiar. Fácil y práctica de preparar. ¡La disfrutan chicos y grandes!

INGREDIENTES

PORCIÓN: 4 Personas

- 5 papas
- $\frac{3}{4}$ taza harina de avena
- Ajo en polvo
- Cebolla en polvo
- Sal
- Aceite

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

Modo de preparación

las papas con cáscara dentro de una cacerola y agregamos agua caliente a cubrir. Agregamos $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal y tapamos la cacerola. Dejamos hervir por 25 minutos. (Revisamos y si no están suaves, dejamos de 5 a 10 minutos más)

las papas con unas pinzas y las ponemos en un plato. Dejamos enfriar un poco y retiramos la cáscara.

pasamos a un bowl. Las partimos y machacamos una por una. Agregamos un poco de ajo en polvo, un poco de cebolla en polvo, un poco de sal y 2 cucharadas de harina de avena. Esto lo hacemos con cada una de las papas hasta obtener un puré.

una sartén ya caliente agregamos un poco de aceite vegetal. (La flama debe de ser a fuego bajo). Nos humedecemos las manos y hacemos una bolita de papa. La vamos torteando para darle

forma de gordita. Las ponemos en la sartén durante 2 minutos y las volteamos. Retiramos del sartén.

Ver video

@tiarechristodescartes7003

Me encanta esta señora, hace años que los sigo porque mis hijos eran alérgicos a la proteína de leche de vaca. Gracias por tanto y felicitaciones. Dios les bendiga. Cariños desde Chile 🇺🇦

@PatriciaOrtiz-doleb

Mi querida familia vegana, siempre quise hacer esta receta y nunca me salieron Hoy hice su receta y quedaron perfectas!!!! Muchas gracias 🇺🇦 🇺🇦 🇺🇦

@marialarios3178

Justo en este momento estoy siendo felicitada por toda la familia, les encantaron estas deliciosas tortitas de papa, las hemos acompañado de ensalada fresca más un spaguetti.

@blancameza3644

Hummmm! Super ricas! 🇺🇦 🇺🇦 🇺🇦 así me gustan las tortitas de papas crujientes 🇺🇦 🇺🇦 , gracias por la receta, saludos y bendiciones desde la CD de Oaxaca 🇺🇦 🇺🇦 🇺🇦 🇺🇦
🇺🇦

ENCHILADAS VERDES DE PAPA

¡Platillo delicioso, versátil, fácil y económico!

Las enchiladas son en un símbolo de la cocina tradicional mexicana.

INGREDIENTES

PORCIÓN: 8 enchiladas aproximadamente

- 2 papas
- Sal
- Ajo en polvo
- Cebolla en polvo
- 10 tomates verdes (tomatillo)
- Cebolla
- 1 diente de ajo
- 2 chiles verdes
- 1 puño de cilantro
- 1/2 taza de pepitas tostadas.
- 2 cucharadas de ajonjolí tostado
- Aceite de vegetal
- Tortillas
- Crema vegana

(RECUERDA QUE TODAS LAS VERDURAS DEBEN DE ESTAR LAVADAS Y DESINFECTADAS)

Modo de preparación

a hervir 2 papas grandes con cáscara. Agregamos agua caliente a cubrir y agregamos una cucharadita de sal. Dejamos hervir por 30 minutos. Revisamos con un tenedor, deben de estar suaves. Dejamos enfriar un poco y retiramos la cáscara. Las cortamos en pequeños cubos. En una sartén caliente, agregamos un poco de aceite vegetal y agregamos las papas. Agregamos una cucharadita de sal, un poco de ajo en polvo, un poco de cebolla en polvo. Al dorar de un lado, les damos vuelta y

agregamos otra cucharadita de sal, un poco de ajo en polvo, un poco de cebolla en polvo y al dorar de ambos lados agregamos 1/3 de taza de agua. Tapamos por 2 minutos y apagamos el fuego.

en una cacerola 10 tomates verdes, 2 chiles verdes y agregamos agua a cubrir. Dejamos hervir por 10 minutos. Apagamos el fuego. Los pasamos a una licuadora junto con los dos chiles. Agregamos un puño de cilantro, un trozo de cebolla, un diente de ajo y licuamos. Con la licuadora en acción, agregamos $\frac{1}{2}$ taza de pepitas de calabaza tostadas y dos cucharadas de ajonjolí o sésamo tostado. Dejamos licuar por 1 minuto. Vaciamos esta preparación en una cacerola ya caliente con un poco de aceite vegetal. Agregamos una cucharadita de sal. Dejamos que hierva. Probamos de sal y agregamos al gusto. Agregamos 1/3 de taza de agua (Puede ser del mismo agua donde se cocieron las papas). Dejamos hervir por 2 minutos y apagamos el fuego.

3.- Calentamos las tortillas en un comal. Ya caliente la tortilla, la sumergimos en la salsa. La pasamos a un plato extendido, le ponemos una porción de papas, un poco más de salsa verde, doblamos la tortilla y así hacemos con las demás.

encima lechuga rebanada, rodajas de cebolla, crema vegana y una raja de aguacate.

5.- Presentamos.

Ver video

@23Bentley45

Aahhhhh Se nos hizo agua la boca, señora hermosa!! “Las triunfadoras enchiladas de papa “ ! Esas probadas de Alfonso nos hacen correr a hacer las recetas jajajaja Se antojan tanto.

@guadalupesanchezfernandez3040

Sensacionales las enchiladas. Alfonso le da el toque final a la receta, con la degustación se antojan más. Su presencia y sus gestos me hacen reír. Saludos Familia 

@margaritavillanueva6896

Hola, que familia tan simpática, hasta dan ganas de volverse vegano de tan rico que Alfonso come.

@JavierMartinez-sf7yt

Wow! Que deliciosas Se ven! y me encanta ser la primera que le de like y dejar mi comentario que estoy que babeo !    muchas gracias familia vegan fácil !!!

 