

TACOS DE PESCADO

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo cocción: 8 minutos

Sirve para 16 tacos

Ingredientes

Para hacer el pescado:

- 4 filetes de tilapia (o el que tu prefieras)
- ¼ cucharadita de chile cayena molida (puedes omitirlo)
- ½ cucharadita de pimentón molido (o pimentón ahumado)
- ½ cucharadita de ajo en polvo
- ½ cucharadita de comino en polvo
- ½ cucharadita de sal
- ½ cucharadita de pimienta negra molida

Ensalada de repollo:

- 3 tazas de repollo rallado
- ½ taza de cebolla morada en tiras
- 1 taza de yogurt griego natural, full fat
- ½ taza de cilantro
- 1 limón, jugo
- ½ cucharadita de sal, o al gusto

Para servir:

- Tortillas de maíz o harina de trigo
- Cilantro y Limón

Instrucciones:

1. En un recipiente grande, combina el repollo verde picado y la cebolla morada, dejar aparte.
2. En una procesadora de comida, o licuadora, agregar el yogurt, jugo de limón, cilantro y la sal, licuar o procesar hasta que esté bien mezclado.
3. Agregar la mezcla de yogurt sobre la mezcla del repollo y la cebolla, revolver bien y refrigerar hasta que lo vayas a servir.



4. En un plato pequeño , agregar la cayena, el ajo en polvo, el comino, la sal y la pimienta, mezclar bien y sazonar cada filete de tilapia por ambos lados.
5. A fuego medio-alto, cocina 2 filetes a la vez durante 8 minutos, volteando a la mitad del tiempo. Repetir para los filetes restantes; luego con un tenedor, desmenuzar los filetes en trozos pequeños.
6. Justo antes de servir, calienta las tortillas de maíz y luego armar los tacos con la ensalada de repollo y la tilapia. Adorna con cilantro y jugo de limón, listos para disfrutar!