



15
MINUTOS



30
MINUTOS



12
PORCIONES

Ingredientes:

- Aceite de tu preferencia
- 1 cebolla amarilla, picada finamente
- 1 cucharadita de ajo, picado
- 600 g de pechugas de pollo cortada en pedacitos pequeños
- 1 pimiento rojo, picado finamente
- 1 taza de granos de maíz
- 2 cucharaditas de pimentón dulce
- 1 cucharadita de comino molido
- 1 cucharadita de orégano seco
- 1 cucharadita de cebolla en polvo
- 1 cucharadita de sal marina en escamas
- ¼ de cucharadita de pimienta negra
- 2 cucharadas de pasta de tomate
- ¼ taza de agua
- 3 cucharadas (45 gr.) de queso crema, ablandado

TACOS DE POLLO

Instrucciones:

1. Calentar el horno a 220 C (425 F) y rociar o untar una fuente para hornear mediana con aceite.
2. En una sartén mediana, calentar el aceite a fuego medio-alto. Añadir la cebolla y cocinar, removiendo de vez en cuando, hasta que se ablande, incorporar el ajo y cocinar, hasta que esté fragante.
3. Incorporar el pimiento picado y el maíz y cocinar durante 3-4 minutos. Agregar el pollo y cocinar, durante 3-4 minutos hasta que cambie de color rosado a blanco.
4. Añadir los condimentos, la sal y la pimienta. Cocinar, durante 30 segundos hasta que esté fragante.
5. Incorporar la pasta de tomate y cocinar durante 30 segundos. Agregar el agua y cocinar a fuego lento durante 2-3 minutos hasta que la salsa espese y la mayor parte del líquido se haya evaporado.
6. Apagar la estufa y agregar el queso crema, revolviendo hasta que esté suave y completamente incorporado.
7. Armar los tacos: rociar ligeramente un lado de cada tortilla con aceite, colocar aproximadamente ¼ de taza de la mezcla de pollo sobre el lado aceitado, doblar la tortilla y luego colocarla en la bandeja. Usar un plato pequeño para ayudar a mantener los tacos cerrados mientras los armas (ver el video). Repetir con las tortillas restantes. Espolvorear el queso rallado uniformemente sobre los tacos.
8. Hornear durante 10-15 minutos, o hasta que las tortillas estén doradas y crujientes y el queso se haya derretido. Sacar del horno, servir con salsa yogurt y cilantro y una ensaladita de tomate, disfrutar y ser feliz.