



BUDÍN DE FLOR DE CALABAZA

Ingredientes:

- 3 cucharadas de aceite
- 1/2 cebolla finamente picada
- 2 tazas de rajas de chile poblano (500 gr)
- 6 jitomates sin semillas y cortados en cubos
- 5 hojas de epazote fileteadas
- 1/2 taza de agua (125 ml)
- 2 cucharadas de consome de pollo en polvo
- 3 manojos de flor de calabaza limpias y cortadas en tiras
- 18 tortillas pasadas por aceite
- 2 tazas de crema (500 ml)
- 300 g de queso manchego rallado

Horno precalentado a 180°C

Procedimiento:

1. Calienta el aceite y sofríe la cebolla, añade las rajas, el jitomate, el epazote, el agua y sazona con el consome, deja cocinar por 5 minutos.
2. Incorpora la flor al jitomate y cocina por 5 minutos más.
3. En un refractario coloca una capa de tortillas, un poco de relleno, una capa de crema y un poco de queso. Repite el mismo procedimiento hasta terminar con una capa de crema y queso.
4. Hornea durante 25 minutos o hasta que gratine por completo el queso.

Tiempo de preparación:	35 minutos
Tiempo de Horneado:	20 minutos
Grado de dificultad:	Fácil
Porciones:	4