



CARNE EN ADOBO

Ingredientes:

- 750 g de pulpa de cerdo, en trozos
- ¼ de pieza de cebolla
- 1 diente de ajo
- 1 hoja de laurel
- Sal, al gusto
- Agua, la necesaria para cocer la carne
- 8 calabazas, en rebanadas
- Tortillas de maíz, para acompañar

Para el adobo:

- 8 chiles anchos, desvenados y remojadas
- 3 tazas del caldo de la cocción de la carne (750 ml)
- 1 ajo, asado
- ¼ de pieza de cebolla, asada
- 1 pizca de comino
- 1 hoja de laurel
- ½ cucharada de orégano
- 3 jitomates, cocidos
- 2 cucharadas de vinagre blanco
- 3 cucharadas de aceite Sal, al gusto

Procedimiento:

1. Para la carne, en una olla exprés coloca la carne con la cebolla, el ajo, el laurel, sal y el agua cocina durante 30 minutos a partir de que comience a sonar la válvula o hasta que la carne esté cocida.
2. Para el adobo, licúa los chiles el caldo, el ajo, la cebolla, el comino, el laurel, el orégano, los jitomates y el vinagre cuele y fríe la salsa en el aceite caliente. Sazona al gusto y deja cocinar durante 5 minutos.
3. Agrega las calabazas y la carne, cocina durante 5 minutos más o hasta que las calabazas estén suaves.
4. Ofrece acompañando con las tortillas

Tiempo de preparación:

20 minutos

Grado de dificultad:

Fácil

Porciones:

4