



CHILES RELLENOS DE MINILLA

Ingredientes:

- 12 chiles jalapeños grandes
- 2 litros de agua
- ½ taza de vinagre blanco (125 ml)
- Sal al gusto
- 1/3 de taza de azúcar

Para la minilla:

- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cebolla finamente picada
- 1 diente de ajo picado
- 2 jitomates sin semilla y picados en cubos
- ½ cucharadita de azúcar
- 2 latas de atún en agua escurridas (140 gr c/u)
- 2 cucharadas de perejil picado
- 15 aceitunas verdes, sin hueso y picadas
- 1 hoja de laurel
- ½ cucharadita de orégano seco
- Sal al gusto

Procedimiento:

1. Para los chiles, cuécelos en el agua con el vinagre, la sal y el azúcar. Cuando suelte el hervor, retíralos y enjuégalos. Repite el procedimiento 3 veces, cambiando el agua en cada ocasión. Seca perfectamente, abre con mucho cuidado a lo largo y retira las semillas.
2. Calienta el aceite y fríe la cebolla con el ajo, agrega el jitomate y deja cocinar por 3 minutos. Añade el azúcar, el atún y el resto de los ingredientes. Sazona al gusto y cocina por 5 minutos más.
3. Rellena los chiles con la minilla y ofrece.

Grado de dificultad:

Fácil

Porciones:

6