

TALLER COCINA MEJICANA

NACHOS CON GUACAMOLE Y PICO DE GALLO

Ingredientes:

Para el guacamole	Para el pico de gallo
Aguacate Tomate rama Cebolla Lima Cilantro AOVE (Aceite Oliva Virgen Extra) Sal y pimienta Nachos	Tomate rama Cebolla Cilantro AOVE (Aceite Oliva Virgen Extra)

Elaboración:

- Para el guacamole**
 - Cortar la cebolla a daditos pequeños
 - Cortar las limas por la ½, hacer zumo y colar
 - Cortar el cilantro pequeño con un cuchillo o con unas tijeras
 - Escaldar los tomates para pelar con facilidad y cortar a dados pequeños
 - Cortar los aguacates por la ½, retirar la piel y el hueso (reservar si se quiere guardar el guacamole en nevera 24h o más pues evitará su oxidación). Poner en un bol los aguacates, añadir el cilantro y la sal y aplastar con un tenedor, hasta obtener una textura pastosa.
 - Una vez ha quedado bien aplastado el aguacate, añadir la cebolla, el tomate y el AOVE. Salpimentar y si es necesario rectificar.
- Para el pico de gallo**
 - Escaldar los tomates (1 minuto en agua hirviendo y luego enfriar con hielo), pelar y cortar a dados pequeños.
 - Pelar y cortar la cebolla muy pequeña y mezclar con el tomate
 - Cortar el cilantro con el cuchillo o con unas tijeras
 - Hacer zumo con las limas, colar y mezclar con los tomates, la cebolla, el cilantro y el AOVE.

→ **Presentación:** poner el pico de gallo en un bol pequeño, el guacamole en un bol grande y los nachos en un plato plano.

TACOS DE POLLO

Ingredientes:

Para el sofrito	Resto de ingredientes
Pimiento verde Pimiento rojo Cebolla Pechugas de pollo Tomate frito (opcional)	Tortillas de maíz Chile jalapeño (opcional) Queso (opcional: manchego o el que prefieras) Sal Pimienta negra molida

Elaboración:

- **Para el sofrito:**
 - Cortar el pollo en cubitos de unos 2cm.
 - Cortar la cebolla y el pimiento a cubitos similares.
 - Calentar AOVE en una sartén y sofreír la cebolla (unos 5min), añadir el pimiento y dejar unos 10 minutos más.
 - Añadir el pollo, el tomate frito, sazonar con sal y pimienta y bajar el fuego y dejar cocer unos 15-20 minutos (removiendo con regularidad)
 - Por último, cortar el queso y añadirlo a la mezcla para que se funda un poco.
- **Para los burritos:**
 - Calentar las tortillas de maíz en la sartén (siguiendo las instrucciones del envase), disponerlas en un plato plano y, en el centro, poner la mezcla y enrollar.

→ **Presentación:** servir en plato plano.