

Lista de ingredientes para la receta Tlacoyos y Sopes

Nopal y chorizo

- Chorizo de pavo 250 g
- Sal A gusto
- Cebolla picada 100g
- Nopales 2 Pza
- Jitomates 1 Pza

Relleno de haba

- Sal A gusto
- Orégano 10 g
- Habas secas 300 g

Salsa verde cruda

- Sal A gusto
- Tomates Verdes 350 grs.
- Cilantro 10 g
- Ajo 1 Diente
- Chile Verde 30 g
- Cebolla 100 g
- Aguacate 1 Pza

Sope

- Cebolla Morada 100 g
- Masa de tortilla 500 g
- Frijoles machacados 1Taza
- Pollo deshebrado 500 g

Tlacoyo

- Masa de maíz azul 600 g