

Enfrijoladas

Tiempo de preparación: 180 Min



Ingredientes

Cebolla: 1/4 unidad

Diente de ajo: 1 unidad

Hoja de aguacate: 1 unidad

Jitomate: 1 unidad

Epazote: 1 Rama

Queso Manchego: 200 Gramos

Tortilla de maíz: 8 Unidades

Chile ancho rojo: 1 unidad

Frijol milpero: 300 Gramos

Hoja de guemba o papel aluminio: c/n

Manteca De Cerdo: c/n

Orégano: c/n

Sal: c/n

Relleno

Cebolla: 1/4 unidad

Diente de ajo: 1 unidad

Mantequilla: 1 cda

Quelite cenizo: 1 Manojó

Tomate verde: 1 unidad

Flor de calabaza: 1 unidad

Muslo de Pollo: 2 Unidades

Sal: c/n

Preparación de la Receta

- Limpiar los frijoles de la milpa un día antes y ponerlos a remojar en suficiente agua.
- Tirar el agua de remojo y poner a cocer en una olla de barro con suficiente agua y sal en el fogón.
- Cuando estén blandos dejar enfriar.
- En el rescoldo del comal, asar el *jitomate*, *chile ancho* y la *cebolla*, moler junto con los frijoles y el *ajo*.
- Poner una cazuela al fuego con un poco de *manteca* caliente, agregar la molienda y *sazonar* con la rama de *epazote* y hoja de *aguacate* para perfumar, al final agregar el *orégano* y reservar.
- Calentar *manteca* en una sartén y ya que este caliente pasar las tortillas de maíz nixtamalizado.

- En una cazuela, agregar un poquito de *manteca*, y una vez caliente, sofreír la *cebolla*, el *ajo* y el *tomate* verde previamente picados.
- Agregar los quelites y las flores de *calabaza*.
- El *pollo* poner a sudar en el fuego y tapar los quelites previamente lavados y picados.
- Picar el *pollo* previamente *cocido* en agua con sal, *ajo*, *cebolla* y una rama de *cilantro* y desmenuzado.
- Con las tortillas pasadas por la *manteca* caliente armar con el relleno.
- Colocar en una cazuela previamente engrasada un poco, colocar las tortillas rellenas y bañarlas con la molienda de *frijol*, colocar encima queso, tapar y meter al horno caliente por 10 minutos.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/enfrijoladas>