Panuchos

Tiempo de preparación: 45 Min



Ingredientes

Cebolla Morada: 1/2 unidad
Ajo: 3 Dientes
Pechuga de pollo: 1/2 unidad
Sal: a gusto
Cebolla: 1/2 unidad
Orégano: 1
Pimienta: c/n

Panuchos

Masa De Maíz: 80 g
Pasta De Frijol Negro: a gusto

guarniciones

Orégano: 1 Pizca
Chile habanero: 2 Unidad
Jitomate: 1 unidad
Lechuga: 1 Tazas
Cebolla Morada: ¼ unidad
Jugo de Limón: 1 oz

Preparación de la Receta

- Cocinar en una *cacerola* con agua el *pollo* con la *cebolla* blanca, *ajo* y sal.
- Desmenuzar una vez *cocido* y reservar.
- Sofreír la *cebolla* morada, previamente cortada en julianas y agregar el *pollo* a la sartén.
- *Sazonar* con sal, pimienta al gusto y una pizca de *orégano*
- Reservar.

Guarniciones

- Cortar en julianas el *jitomate* y *lechuga*, reservar.
- Mezclar en un tazón la *cebolla* morada, previamente cortada en julianas, añadir *jugo* de *limón* y el *chile* habanero *sazonar* con sal y *orégano* en polvo
- Reservar

Panuchos

- Amasar la masa y formar una esfera, aplanar con la ayuda de la prensa.
- Cocinar sobre un comal voltear y cuando se infle retirar del comal
- Abrir la tortilla con un cuchillo y rellenarla con *frijol*
- Freír los panuchos en suficiente aceite caliente, retirar y escurrir el excedente en un papel absorbente.
- Colocar encima, el *pollo* reservado, *jitomate*, *lechuga* y la mezcla de habanero.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/panuchos