



itacate®

CHILES RELLENOS (5 porciones)



Ingredientes:

- 50 g de mezcla Itacate de verduras deshidratadas
- 5 piezas chile poblano
- 3 huevos
- ½ taza de harina
- 4 jitomates medianos
- ½ cebolla mediana
- 160 g de queso fresco
- 1 cubito de consomé de pollo (opcional)
- 8 cucharadas de aceite
- 2 dientes de ajo
- 3 bolitas de pimienta
- Sal al gusto

Preparación:

1. Poner a remojar la mezcla de verduras deshidratadas con agua fría durante 10 minutos.
2. Una vez hidratada cocer 15 minutos o hasta que la consistencia de la mezcla (arroz y papa), estén suaves.
3. Escurrir la mezcla sin tirar el agua, guardar el agua para utilizarla en la preparación del caldillo.
4. Asar los chiles en una comal, quitar la piel tostada, semillas y venas. Enjuagar con agua mezclada con sal para quitar el exceso de picante.
5. Reunir la mezcla de verduras deshidratadas con el queso.
6. Rellenar los chiles con esta mezcla y a continuación espolvorear los chiles con harina.
7. Batir la claras de huevo a punto de turrón, agregar las yemas y seguir batiendo.
8. En una sartén calentar 30 ml (4 cucharadas soperas) de aceite, pasar los chiles enharinados por el huevo y freír por los dos lados. Escurrir en papel de estraza para quitar el excedente de aceite.
9. Aparte, licuar los jitomates con una taza de agua con la que hirvió la mezcla de verduras, junto con 1/4 de cebolla, 2 dientes de ajo y 3 bolitas de pimienta.
10. En una cacerola calentar 1 cucharada sopera de aceite, agregar 1/4 de cebolla rebanada en pedacitos, verificar que se ponga transparente e incorporar la mezcla licuada y el cubito de pollo concentrado. Dejar hervir 5 minutos.
11. Bañar con esta salsa caliente a los chiles rellenos para servirlos.