



CARRILLERAS

EN MOLE POBLANO CON ENSALADA DE COGOLLOS Y PICO DE GALLO

El chocolate no es solo para elaboraciones dulces, compruébalo con estas deliciosas carrilleras acompañados de mole poblano, picante salsa mexicana con origen azteca.

INTOLERANCIAS


GLUTEN


CACAHUETE


SÉSAMO


PESCADO


APIOS


LACTOSA


SOJA


CRUSTÁCEOS


FRUTOS CÁSCARA

INSTRUCCIONES DE PREPARACIÓN

3 MINUTOS



Antes de preparar, sacar de la nevera 15 minutos. Regular el microondas a máxima potencia. Calentar los ingredientes justo el tiempo indicado, especialmente carnes y pescados; si se calientan más tiempo pierden calidad.



ABRIR EL FILM



CALENTAR



EMPLATAR



DISFRUTAR

INGREDIENTES

	1 RACIÓN	2 RACIONES
• CARRILLERAS EN MOLE	1' 	2' 
• ARROZ BASMATI	30'' 	1' 
• COGOLLOS DE LECHUGA		
• PICO DE GALLO		

EMPLATADO

Elige un plato llano y crea una base con el ARROZ BASMATI que acompañará a las CARRILLERAS EN MOLE. En un lateral coloca los COGOLLOS DE LECHUGA de forma escalonada, aliñándolos con la cantidad deseada de PICO DE GALLO.