



## GUISO DE POROTOS NEGROS MACEIO

### Ingredientes

- 1 Taza de porotos negros remojados del día anterior
- 2 Cucharadas de aceite de oliva
- 1 Cebolla picada fina
- 1 Pimentón cortado en cuadritos
- ½ Kilo de posta negra cortada en tiritas
- ½ Paquete de tallarines anchos
- 1 Tarro de TUCO® carne MAGGI®
- Merkén a gusto
- Sal y pimienta a gusto

### Preparación

- 1.- Cocina en una cacerola con abundante agua los porotos negros durante 40 minutos aproximadamente hasta que queden blandos. Una vez listos, reservalos.
- 2.- Aparte, en una sartén con un toque de aceite de oliva, saltea la cebolla con el pimentón y la carne durante 3 minutos removiendo de vez en cuando. Agrega de una vez la salsa TUCO® carne MAGGI® y añade ½ taza de agua caliente, condimenta con sal, pimienta y merkén a gusto. Revuelve y cocina durante 2 minutos más.

- 3.- Cocina los tallarines en abundante agua caliente según las indicaciones del envase hasta que queden al dente, retíralos del agua y escurre bien. Junta todas las preparaciones en la cacerola con los porotos negros y revuelve. Condimenta nuevamente si es necesario y sirve de inmediato.



Dificultad:  
Baja



Porciones:  
5



Tiempo:  
60 minutos

### Información Nutricional

|                  |          |
|------------------|----------|
| Energía:         | 517 Kcal |
| Proteínas:       | 41.8 g   |
| Grasa Total:     | 7.2 g    |
| Colesterol:      | 0.4 mg   |
| H. de Carbono:   | 70.0 g   |
| Fibra Dietética: | 11.20 g  |
| Sodio:           | 375 mg   |