



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
25 minutos

Información Nutricional

Energía:	267 Kcal
Proteínas:	26.0 g
Grasa Total:	9.2 g
Colesterol:	60.0 mg
H. de Carbono:	22.0 g
Fibra Dietética:	4 g
Sodio:	562 mg

SALTEADO ESTILO TEX-MEX

Ingredientes

- 500 g Posta negra cortada en cubos pequeños
- 2 Cucharadas de aceite
- 1 Diente de ajo cortado finamente
- 1 Cebolla cortada en cubos pequeños
- 2 Pimentones rojo cortado en cubos pequeños
- 2 Pimentones verde cortado en cubos pequeños
- 250 g Choclo congelado previamente cocido
- 1½ Cucharada de caldo líquido TUTOQUE® carne MAGGI®
- 1 Cucharadita de orégano
- Pimienta a gusto y merkén (opcional)

Preparación

1.- Calienta las dos cucharadas de aceite en un sartén y agrega la carne de manera esparcida en toda la sartén sin quedar amontonados. Una vez que veas que está levemente dorada agrega el ajo, la cebolla, el pimentón rojo y verde. Saltea a fuego fuerte removiendo de vez en cuando durante 4 a 6 minutos.

2.- Agrega el choclo cocido y condimenta la preparación con el caldo líquido TUTOQUE® carne MAGGI®, remueve para impregnar bien los sabores y agrega un toque de orégano, pimienta y merkén si te gusta.

3.- Saltea a fuego medio durante unos 5 minutos más removiendo de vez en cuando hasta cocer completamente los vegetales y los jugos de la preparación espesen levemente. Una vez listo, sirve de inmediato.