



PEBRE CHILENO

Ingredientes

- 2 Tomates pelados y picados
- 2 Cebollas cortadas en cubos pequeños
- 2 Dientes de ajo cortados finamente
- ¾ Taza de perejil cortado finamente
- ¾ Taza de cilantro cortado finamente
- Sal y pimienta a gusto
- 1 Cucharadita de orégano
- ½ Cucharadita de comino
- ½ Cucharadita de merquén
- ½ Taza de aceite
- ½ Taza de agua caliente
- 2 Cucharadas de vinagre tinto

Preparación

1.- Junta en una fuente el tomate con la cebolla, añade el ajo con el perejil y cilantro. Condimenta con sal y pimienta a gusto, agrega el orégano con el comino y el merquén.

2.- Revuelve para distribuir bien los ingredientes y vierte de una vez el agua caliente, continúa con el vinagre y el aceite. Revuelve nuevamente y deja reposar durante 15 minutos antes de servir.



Dificultad:
Baja



Porciones:
15



Tiempo:
15 minutos

Información Nutricional

Energía:	77 Kcal
Proteínas:	0.6 g
Grasa Total:	0.8 g
Colesterol:	0 mg
H. de Carbono:	3.8 g
Fibra Dietética:	0,7 g
Sodio:	62 mg

Nota

La otra técnica es machacar todos los ingredientes en un mortero hasta conseguir una salsa semi-líquida. Condimentas de igual forma que la anterior y listo.