

ABUELA MAMA Y YO

FORTALECIENDO LA SALUD DE TRES GENERACIONES

HUARACHES DE OAXACA

Ingredientes (5-8 porciones)

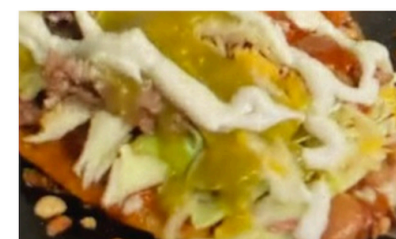
- 1-2 tazas de maseca
- Frijoles al gusto (refritos, negros, etc)
- Lechuga/repollo
- Pollo o cualquier carne de su preferencia
- Salsa (roja o verde)
- Queso cotija



HUARACHES DE OAXACA

Preparación (15 minutos)

1. Tomar una bolita de masa y hacerla en forma ovalada.
2. En un comal previamente calentado, cocer el huarache hasta que este completamente cocido de 2-3 minutos de cada lado.
3. Agregar la primer capa de salsa de su preferencia, despues empieze agregando los frijoles, carne, lechuga o repollo, carne, mas salsa y por ultimo añada la crema.
4. A disfrutar de unos ricos Huaraches de Oaxaca.



PARA MAS INFO VISITE

 [FACEBOOK.COM/FAMILIASENACCION](https://www.facebook.com/FAMILIASENACCION)

 [@FAMILIASENACCION](https://www.instagram.com/FAMILIASENACCION)